ஜீவ ரகசியம்

க. அ. இராமசாமிப்புலவர்,
கருப்பக்கிளர். (அஞ்சல்)
கோட்டூர் வழி, தஞ்சை மாவட்டம்.

டாக்டர். மே. மாசிலாமணி முதலியார் அவர்கள்
எழுதியது.

'மீனாட்சி' அச்சுக்கூடம்,
31, வைத்தியநாத முதலி வீதி,
சென்னை.

1933

காபிரைட்] [விலை ரூபா 1

Printed at
The Meenakshi Press,
Madras.

முன்னுரை

'தமிழரசு' வாரப் பத்திரிகையை ஆரம்பித்த காலத்தில் பல அன்பர்கள் என்னை ஆண் - பெண் இருபாலரும் இன்புற்று சுகவாழ்வு அடைதற்குரிய மார்க்கங்களைக் குறித்து எழுதுமாறு கேட்டுக் கொண்டார்கள். அதற்கிணங்க நான் பல நாட்களாக அனேக சாதுக்களிடத்திலும், யோகிகளிடத்திலும், அறிஞர்களிடத்திலும் பழகி அவர்களிடமிருந்து அறிந்து கொண்டனவும், அவற்றுள் என்னுடைய அனுபவத்திற்கும், அறிவிற்கும் உண்மை எனத் தோன்றியனவுமான பல பொருள்களைக் குறித்துத் தொடர்ச்சியாகத் 'தமிழரசு' வாரப்பதிப்பில் எழுதி வந்தேன்.

அக்கட்டுரைகளை வாசித்த அன்பர்கள் அவை யனைத்தையும் தொகுத்து ஒரு தனி நூலாக வெளியிட்டால் பெரிதும் உபயோகமாக இருக்குமென்று அடிக்கடி எழுதி என்னை வற்புறுத்தி வந்தார்கள். அவர்கள் கட்டளையை மறுக்க முடியாது யான் இப்போது இந்நூலைப் பிரசுரிக்கத் துணிந்தேன்.

உயிரை வளர்ப்பதற்கும், உய்விப்பதற்கும் உரிய வழிகளைப் பற்றி இந்நூலில் பெரிதும் ஆராயப்பட்டிருப்பதால் இதற்கு 'ஜீவ ரகசியம்' என்ற பெயர் சூட்டப்பட்டுள்ளது. இந்நூலில் உயிர் வாழ்வதற்கு மிகவும் அவசிய

மான சுகத்தை, தேக சுகம், மனோ சுகம், ஆன்ம சுகம் என மூன்று பிரிவாக வகுத்து ஒவ்வொரு பிரிவைப்பற்றியும் இயன்ற வரையில் விரிவுபடுத்தி எழுதி யுள்ளேன். நீராடும் நெறி, மூச்சு விடும் வகை, சூரியனால் அடையும் பயன், காற்றின் உபயோகம், சரீர நிலை அறிதல், வழிபாடுகளின் உண்மைத் தத்துவங்கள் முதலான பல இன்றியமையாத பொருள்களைப் பற்றியும் இதில் ஆராயப்பட்டுள்ளது. மற்றும் இப் புத்தகத்தில் சகல மதங்களின் உற்பத்தி யைப் பற்றியும், அவற்றின் கருத்துக்களைப் பற்றியும் அறியலாம்.

நான் ஒரு தமிழ்ப்புலவ னல்ல. ஆனால் நான் ஒரு தமி ழபிமானி எனச் சொல்ல என் நா ஊறுகின்றது. இந்நூலில் இலக்கணப் பிழைகள் இருக்கலாம். எனினும் பொருளில் மனத்தைச் செலுத்தி மகிழ்ச்சி யடைந்து, அதன்படி நடக்க முயல்வார்களானால் அதுவே யான் விரும்பும் கைம்மாறாகும்.

31, வைத்தியநாத முதலி வீதி,
சென்னை.
16—3—33.

அன்பன்,
மே. மாசிலாமணி.

பொருளடக்கம்

அத்தியாயம்	விஷயம்	பக்கம்
1.	சுகத்தின் அடைவு (தேக சுகம்) ...	1
2.	உடலை நடத்தும் விதிகள் ...	3
3.	சிசு உற்பத்தி	5
4.	சுத்தம்	6
5.	குளித்தல்	9
6.	பெண்கள் (சாணத்தின் குணம்) ...	10
7.	வாயு	13
8.	இரத்த ஓட்டம் (சுத்தி)	21
9.	சாணம்	35
10.	மனோ சாதனம்	46
11.	தீச்சாதனம் சூரியனின் உண்மை ..	49
12.	கடவுள் வணக்கம்	51
13.	அறிவு விளக்கம்	53
14.	ஆரியர் கடவுள வழிபாடு	57
15.	வல்லபாச்சாரி மதம்	65
16.	கோஜா மதம்	68
17.	வட நாட்டு மதம்	70
18.	வீர சைவ மதம்	73
19.	வாராயி மதம்	75
20.	லிங்க வழிபாடு	91
21.	சூட்சும பஞ்சாட்சரம்	94
22.	காற்றின் சாதனம்	98

அத்தியாயம்	விஷயம்		பக்கம்
23.	சூரிய வெளிச்சம்	... ..	106
24.	கண்ணின் சுத்தம்	... ...	107
25.	தேக சுத்தம்	... ...	112
26.	உணவு உண்ணல்	... ...	120
27.	சிவயோகம்	...	126–178
28.	சிவயோகம் செய்யும் விதம்	...	130
29.	ஷண்முகி முத்திரையின் தத்துவம்	...	131
30.	பூசரி முத்திரை	... ...	133
31.	ஆலய தத்துவம்	... ...	134
32.	சப்த பேதம் ...	... ...	144
33.	கேசரி முத்திரை	... ..	147
34.	வள்ளி நாயகி கதை வழக்கம்	...	149
35.	,, ... பழக்கம்	...	150
36.	வள்ளி நாயகி	... ..	151
37.	சிவயவசி	... . .	154
38.	வாக்குகள்	... ...	157
39.	பைரவி முத்திரை	... ...	158
40.	சாம்பவி முத்திரை	... ...	161
41.	ராதா சுவாமி மதம்	... ...	171
42.	நூலில் சுருக்கம், தேக சுகம்	...	174
43.	சிறு கதை	... ...	175
44.	சங்கரர் கதை	... ...	182
45.	யோக சித்தன் கதை	... ...	184
46.	இரங்கநாதர் ஆலயம்	... ...	187
47.	புத்தர் மதம் ...	... ...	189

முந்துங்கள்! முந்துங்கள்!!

டாக்டர் மே. மாசிலாமணி முதலியார்

எழுதிய

அநுபவ வைத்திய நூல்

இரண்டு பாகங்களும் உங்களிடம் இருக்கின்றனவா? இல்லையேல் உடனே எழுதி வரவழைத்து வைத்துக் கொள்ளுங்கள். இப் புத்தகங்கள் ஒவ்வொரு வீட்டிலும் தவறாது இருக்க வேண்டியது இன்றியமையாததாகும். இந் நூல்கள வீட்டில் இருப்பது குடும்ப வைத்தியர் ஒருவர் உங்கள் இல்லத்தில் கூடவேயிருப்பதுபோலாகும். நோய் உண்டான காலத்தில் நீங்களே இந் நூல்களின் உதவியைக் கொண்டு சிகிச்சை செய்து கொள்ளலாம். இந் நூல்களில் எல்லா நோய்களின் விவரமும், அவைகள உண்டாவதற்கு முன் தோன்றும் குறிகளும், அவைகளைப் போக்கும் சுலபமான வழிகளும், அதற்குரிய எளிய மருந்து வகைகளும் காணக் கிடைக்கும்.

அநுபவ வைத்திய நூலின் இரண்டு பாகங்களையும் வைத்துக் கொண்டே எவரும் ஒரு சிறந்த வைத்திய ராகலா மென்பது திண்ணம். சொற்ப பிரதிகளே கைவச மிருக்கின்றன. முந்துங்கள்.

முதல் பாகம் விலை ரூபா		1—0—0
இரண்டாம் பாகம்	,,	1—0—0
இரண்டு பாகங்களும் சேர்ந்து	,,	1–12—0

தபால்சார்ஜ் வேறு

காரியஸ்தர்:—

'தமிழரசு' புத்தகாலயம்,

31, வைத்தியநாத முதலி வீதி, சென்னை.

எது வேண்டும்?

இலகுவான இனிய செந்தமிழ் நடையில் படிக்கப் படிக்க இன்ப மூட்டும், நினைக்க நினைக்க ஆவேசம் உண்டாக்கும் அரிய கட்டுரைகள் வேண்டுமா?

நாட்டுப்பற்றும், மொழிப்பற்றும், உரிமை வேட்கையும் உண்டாக்கும் உயர் வியாசங்கள் வேண்டுமா?

நெஞ்சை அள்ளும் இன்பக் கதைகளும், விடா நகைப்பை விளைவிக்கும் விகடத் துணுக்குகளும், உள்ளத்தை உருக்கும் வாழ்க்கை வரலாறுகளும் வேண்டுமா?

வேண்டுமானால்

'தமிழரசு'

மாதப் பத்திரிகையை உடனே படியுங்கள்.

'தமிழரசு' ஒன்றுதான் தமிழரது புது வாழ்வில் தணியாத தாக முடையது; 'மக்கள் தொண்டே கடவுள் தொண்டு' என்ற உயரிய கருத்துடையது; அக் கருத்தோடு சலியாது உழைப்பது.

வருட சந்தா: உள் நாடு ரூபா 1. வெளி நாடு ரூபா 2.
தனிப் பிரதி அணா 2. மாதிரி சஞ்சிகை இனாம்.

காரியஸ்தர்,
'தமிழரசு' காரியாலயம்,
31, வைத்தியநாத முதலி வீதி, சென்னை.

சுகாதாரம்

சுகத்தின் அடைவு

எக் காலத்திலும் அழியாத சுகம் எதுவோ அதுவே சுகம் எனப்படும். இதைப் பிரிக்கும்போது ஆன்ம சுகம், ஜீவ சுகம், தேக சுகம் என்றும் பிரிக்கலாம். இதில் ஜீவ சுகமும், தேக சுகமும் ஒன்றுதானே அதை ஏன் பிரிக்க வேண்டுமென்ற வினவுக்கு உத்தரமாவது ஜீவனிடத்தில் உண்டாகும் சொப்பனம் நித்திரை காலங்களில் உண்டாகும் சுக துக்கமானது தேகத்திற்கு விலட்சணமாய் தோன்றுவதால் தேக சுகத்தைத் தனியே பிரிக்கலாயிற்று.

முதலில் ஸ்தூல தேக சுகத்தையும் அவற்றின் சாதனத்தையும் பிறகு சூக்ஷ்ம தேக சுகத்தையும் அவற்றின் சாதனத்தையும் கூறிப் பிறகு நித்திய சுகத்தின் அடைவைக் கூறுவோமாக.

தேக சுகம்

தேகமானது மண்ணுக்குச் சமமான ஒருருவாய் இருந்தாலும் அதில் உள்ள வஸ்துக்களை விசாரிக்கின் தோல், நரம்பு, சதை, கொழுப்பு, இரத்தம், ஜவ்வு, சீழ், எலும்பு, மூளை, மயிர், சுக்கில சுரோணிதம் (புருஷர்களுக்கு சுக்கிலம், பெண்களுக்குச் சுரோணிதம்) ஆகிய இவைகள் சேர்ந்துள்

வது. இன்னும் விரிவாய்ப் பிரிக்கும் காலத்துத் தலையில் மயிர் மண்டை ஓடு, சிறிய நரம்புகளால் மூடிக் கொண்டிருக்கும். மூளை அவற்றிலிருந்து உண்டாகும் நரம்பு வழியாய்ப் புருவ மத்திய ஸ்தானத்தில் உண்டாகும் ஒரு வெளி. அந்த வெளியிலிருந்து பிரியும் இரண்டு நரம்புகளின் முடிவில் உண்டான வெளியாகிய விழிகள், சுவாசத்தை நடத்தும் நாசிகள், சப்தத்தைக் கேட்கக் கூடிய கருவிகளாகிய செவிகள், ஆகாரத்தை உட்கொள்ளக் கூடிய கருவிகளாகிய பெரு நாக்கு, சிறு நாக்கு, (உள் நாக்கு) சுவாசக் குழாய்முதலான கருவிகள் இருக்கின்றன.

கழுத்தில் தொண்டை, முள்ளந்தண்டு நரம்புகள் கின்றன. மார்பில் பக்கத்திற்கு 12 முதல் 16 வரையிலும் மார்பு எலும்புகள் இடப்பக்கம் இருதயம், மண்ணீரல், இரத்தக் காப்பாளர்களாகிய வாசற்படிகள் இரத்த மூலநாடிகள் சுவாசக் குழாயும் வல மார்பில் மார்பெலும்பும் சுவாசக் குழாயும் கல்லீரலும் இருக்கின்றன. முதுகில் எலும்புக் கூண்டுகளும் சுக்கில சுரோணித தாரையாகிய வீணைத்தண்டும் இதைப் பற்றிய நரம்பு தோல் சதைகளும் இருக்கின்றன.

வயிற்றில் மேல்பாகத்தில் தீனிப்பையும் அதிலிருந்து உண்டாகும் பெரு குடல் சிறு குடல்களும் அடிவயிற்றில் நரம்பின் முடிச்சியும் (நாபி) மலப்பையும், நீர்ப்பையும், ஆசனத்துவாரமும், நீர்த்துவாரமும், சுக்கிலம் தங்கும் பீஜமும் இருக்கின்றன.

இரண்டு கைகளிலும், எலும்புகளும், மூளையும் நரம்புகளும் 34 எலும்புப் பூட்டுகளும் இருக்கின்றன.

கால்களிலும் அதுபோலவே 34 எலும்புப் பூட்டுகளோடு எலும்பும் நரம்பும், மூளையும், சதையும் இருக்கின்றன

மேற்கண்ட வஸ்துக்கள் சேர்ந்ததே தேகம் என்னப் படும்.

இத்தகைய தேகத்தில் பஞ்சபூத சேர்க்கையாகிய உறவு கலந்திருந்தால் அத்தேகத்திற்கு ஜீவன் என்று பெயர் அவற்றுள் முக்கியமாய் வாயு, அக்கினி, சலமும் அவற்றை நடத்தும் ஒரு சக்தியும் சரீரத்தினின்று பிரியுமேல் பிணம் என்றும் சொல்லுவார்கள்.

இப்பொழுது சரீர தாதுக்களும் பஞ்ச பூதங்களும் ஜீவனுக்குச் சம்பந்தமானபடியால் சகலமும் சரியான நிலைமையில் இருக்க வேண்டுமானால் சரீர தாதுக்களை ஒழுங்குபட வளர்த்தலும் பஞ்ச பூதங்களைச் சரியான நிலையில் வைத்துக் காப்பதும் ஜீவனுக்கு அவசியமாதலால் அவைகளை ஒழுங்கு பெற நடத்தாவிடில் சரீரத்திலும், மனதிலும் துக்கம் சம்பவிக்கும். அப்படித் துக்கம் சம்பவிக்காமலும் வியாதி வராமலும் மரணமடையாமல் நீண்ட காலம் ஜீவிப்பதற்கு வேண்டிய சாதனங்களைத் தேடிக்கொண்டு பிறகு நித்திய சுகத்தை நாட வழிதேட வேண்டிய தவசியமானபடியால் நம் சரீரம் சுகமான நிலையில் வைக்க வேண்டுமானால் செய்ய வேண்டிய விதிகளின்படி நடக்க வேண்டும்.

உடலை நடத்தும் விதிகள்

தாய் தகப்பன் சுக்கில சுரோணிதத்திலிருந்து தாயின் உதிரப்பையில் 10 திங்கள் வளர்ந்து சகல அவயவங்களோடு உயிர் பெற்றுச் சிசுவாய் வெளிவந்தபோது பிறர் தட்டியதும், அ, உ, என்று சப்தமிட்டு அழ ஆரம்பித்ததும் குழந்தையின் சகல அவயவங்களும் காற்றின் சலனத்தால் தத் தம் வேலைகளைச் செய்ய ஆரம்பிக்கின்றன. அக் குழந்தைகளைத் தாய்ப்பால் கொடுத்து வளர்க்கும் காலத்தில் தாயின்பால்

பாட்டு

"ஆராரோ ஆரிரோ, ஆராரோ ஆரிரோ, நீயாரோ நான்யாரோ, நிலவுலகிற் பிறந்து விட்டோம், ஆளப் பிறந் தவரோ, அரசாள வந்தவரோ, மாயப் புவியதனில் மண்ணு ருவு கொண்டவரோ, கருவி லிருந்தவரோ நீர் உருவி லமர்ந் தவரோ, ஆராரோ ஆரிரோ, ஆராரோ ஆரிரோ" என்பன வாகிய பாடல்களாலும் குழந்தைகளை வளர்த்தல் வேண்டும்.

சுத்தம்

நித்திரையி லிருந்து அதிகாலையில் 3-30 மணிக்கு எழுந் திருந்து சிறு நீர் கழித்தவுடன் குளிர்ந்த தண்ணீரைக் கொண்டு நீர்த்தாரையைச் சுத்திகரித்தல் வேண்டும். அச் சமயம் மற்றப் பாகங்களாகிய சரீரத்தில் நீர் படலாகாது. அப்படிச் சுத்தஞ் செய்யும் காலத்து மனத்தை லிங்கத்தின பால் வைத்து 'நான் சுத்தம் செய்யும் இந்த சலமானது என்னுடைய நீர்த்தாரையின் முனையைச் சுத்திகரித்தலோடு குளிர்ச்சியுள்ள ஜல உணர்ச்சியானது நீர்த்தாரையின் வழியே சென்று என் வீணாத்தண்டையும் என் மூளையையும் குளிர்ச்சி செய்து சகலவித தோஷங்களையும் நிவர்த்திசெய்ய வேண்டும்.' என்று நினைத்தல் வேண்டும்.

இப்படிச் செய்வதால் வெள்ளை கொறுக்கு முதலான மேக ரோகங்கள் சரீரத்தை அணுக மாட்டா.

இரண்டாவது மலத்தைக் கழித்தல் வேண்டும். அப்படி மலம் கழிக்கும்போது அசுத்தமில்லாத இடத்தில் உட்கார்ந்து மனத்தை மலப்பையின் மேல் வைத்தால் மலப் பையிலுள்ள மலமானது ஓர் சிறிதும் தங்காமல் மனத்தின் சக்தியால் வெளியாகிவிடும். அப்படி வெளியாவதால் மலத்தால் நேரும் சகல வியாதிகளினின்றும் சுகம் அடையலாம். மலம் கழிந்த

பின் குளிர்ந்த சலத்தால் மலத்துவார முனையை நன்றாய் அலம்புதல்வேண்டும். அதனால் வெளிச் சுத்தமும் கிடைக்கும்.

மலம் கழித்தவுடன் பல் துலக்க வேண்டும். பல் துலக்க ஆலின் விழுது, வேலின் கொம்பு, வேப்பங் குச்சு இவைகளை உபயோகிப்பது நல்லது. ஆலம் விழுதால் பல் துலங்குதலன்றி ஈறுகளிலும் வயிற்றிலும் உள்ள இரணங்களும் ஆறிவிடும். வேலங் குச்சியால் பல் இறுகும். ஈறுகளிலுள்ள விஷக் கிருமிகள் இறந்துபோகும். வேப்பங்குச்சியால் பல் துலங்கும்; விஷக் கிருமிகள் நாசமடையும். இதன்படி பல் துலக்கியதும் குளிர்ந்த தண்ணீரால் வாயைச் சுத்தஞ் செய்து கண் மூக்கு கழுத்து, கால் இவைகளையும் சுத்தீகரிக்க வேண்டும்.

பல் துலக்கிய பின் உள்ளங் கையில் கொள்ளக் கூடிய அளவுள்ள குளிர்ந்த தண்ணீரை உண்ணல் வேண்டும். இரண்டாவது முன் சொன்னபடியே உள்ளங்கையில் குளிர்ந்த தண்ணீரை வைத்துக்கொண்டு உள்ளங்கையிலுள்ள இந்த சலமானது என்னுடைய கண்டத்தின்கண் சென்று என் கண்டத்திலிருக்கும் சகல தோஷங்களையும் நீக்க வேண்டும் என்று நினைத்துத் தன் உள்ளங்கையிலுள்ள குளிர்ந்த ஜலத்தை அருந்தல் வேண்டும். இவ்வாறே மூன்றாவது உள்ளங்கையில் குளிர்ந்த சலத்தை வைத்துக் கொண்டு உள்ளங்கையிலுள்ள இந்தச் சலமானது என் தீனிப் பைக்கு மேலுள்ளதும் இரண்டு மார்புக் கூடுக்கும் மத்தியிலுள்ளதுமாகிய இருதயத்தில் சென்று என் இருதயத்தின் கண் உண்டாகும் சகல தோஷங்களும் என்னை அணுகாதபடி காத்தல் வேண்டும் என மனத்தில் நினைத்து உள்ளங்கையிலுள்ள தண்ணீரைக் குடித்தல் வேண்டும். மேற்சொன்னபடியே நான்காவதாக உள்ளங்கையில் தண்ணீரைக்

கொள்ளுமளவு வைத்துக்கொண்டு மனத்தின் கண்ணே என் உள்ளங்கையிலுள்ள தண்ணீரானது எனது நாபியிற் சென்று என் நாபியினிடத்தில் உண்டாகும் சகல தோஷங்களையும் களைய வேண்டும் என்று நினைத்துக்கொண்டு மனத்தையும் நாபியின் பால் வைத்துத் தனது உள்ளங்கையிலுள்ள தண்ணீரை அருந்தல் வேண்டும். முன் சொன்னது போலவே ஐந்தாவது தன் உள்ளங்கையில் தண்ணீரை வைத்துக் கொண்டு மனத்தின்கண் என் உள்ளங்கையிலுள்ள தண்ணீரானது மூலாதாரமாகிய ஆசனவாயின் மேல் பாகத்தை யடைந்து அப்பாகத்தைக் குளிரச் செய்து அப்பாகத்தி லுண்டாகும் சகல தோஷங்களிலிருந்தும் என்னை நீக்க வேண்டுமென நினைத்து மனத்தையும் மூலாதாரத்திலே யமர்த்தி உள்ளங்கையி லுள்ள தண்ணீரைக் குடிக்கல் வேண்டும். மேற் சொல்லியபடியே ஆறுவது உள்ளங்கையில் தண்ணீரை வைத்துக்கொண்டு மனத்தைச் சிரசில் நிறுத்தி என் உள்ளங்கையிலுள்ள தண்ணீரானது மூலாதாரத்தின் ஒரு முனையில் பாம்பின் வாயையொத்த வீணைத் தண்டின் மறுமுனையின் வழியைக் குளிரச் செய்து என் மூளைக்குச் சென்று அவ்விடத்தி லுண்டாகும் சகல தோஷங்களையும் நீக்கி என் புத்தியையும் சரீரத்தையும் காக்க வேண்டுமென்று நினைத்து தன் கையிலுள்ள தண்ணீரைச் சாப்பிடல் வேண்டும்.

இதன்படி ஒவ்வொரு உள்ளங்கை சலம் சாப்பிடும் போது சாப்பிடும் ஜலம் எந்த விடத்தில் போய்ச் சேருகின்றதோ அந்த இடத்திலேயே மனதையும் செலுத்தவேண்டும். அப்படி மனமும் தண்ணீரும் சேர்ந்து நம் சரீரத்தைக் காக்கும் தண்ணீருக்கும் மனதுக்கும் அதிக சக்தி இருப்பதாக நினைக்க வேண்டும். மனதின் சக்தியைச் சொல்ல சாத்திய மாகாது. சகலத்திற்கும் ஆதாரமானதும் சகல வல்ல

மையும் பொருந்தியதுமாகிய மனதைவிட்டு எக்காரியமும் நிகழ மாட்டாது என்று நினைத்து மேற்சொல்லியபடிச் செய்விக்க வேண்டும்.

குளித்தல்

ஓடுகின்ற ஜலத்தில் எதிர்ப் பக்கமாக நின்றுகொண்டு குளித்தல் வேண்டும். குளிக்கும்போது கௌபீனம் தரித்துக் கொண்டு சுத்தமான வஸ்திரத்தை இடுப்பில் கட்டிக் கொண்டு ஆற்று நீரிலிறங்கி இப்பொழுது இந்த ஜலத்தால் என் சரீரத்திலுள்ள மயிர்க் கால்களின் மூலமாய் உள்ளும் புறமும் உள்ள அழுக்குக்களை வெளிப்படுத்த முற்பட்ட படியால் என்னைச் சுத்தப்படுத்தும் இத் தண்ணீரானது என் சரீரத்தில் யாதொரு தோஷத்தையும் உண்டாக்கா வண்ணம் என்னைக் காத்தல் வேண்டும் என்று நினைத்த பின்பு ஒரு உள்ளங்கை தண்ணீர் எடுத்துக் கையிலேந்தி இத்தண்ணீரானது என்னுடைய சரீரத்தின் உட்பாகத்தில் சென்று குளிரச் செய்து ஏக காலத்தில் உள்ளும் புறம்புமாகிய சுத்தத்தை உண்டுபண்ண வேண்டுமென்று நினைத்துத் தண்ணீரில் மூழ்க வேண்டும். இப்படி மூழ்கிய பின்பு இடுப்பளவு சலத்தில் நின்று கொண்டு அரையில் தரித்திருக்கும் துணியை அவிழ்த்து ஜலத்தைப் பிழிந்துவிட்டுக் கயிறுபோல் அல்லது இரு முனையையும் இரண்டு கையால் பிடித்துக் கொண்டு சரீரம் பூராவும் சுமார் 20 நிமிடத்திற்குக் குறையாமலும் அரைமணி நேரத்திற்கு அதிகப் படாமலும் ஈர வேஷ்டியால் சரீரத்தை நன்றாக மயிர்க் கால்களிலடைபட்டுள்ள அழுக்குகள் வெளிப்படும்படி தேய்த்தல் வேண்டும். ஒரு சமயம் ஆறுகள் இல்லா விடத்தில் ஏறி குளங்களில் மேற்சொன்ன விதிப்படி குளித்தல் வேண்டும். எங்குக் குளித்தாலும் கௌபீனமும் அரையில் வேஷ்டியும் தரித்திருத்தல்

வேண்டும். எந்தக் காரணத்தாலும் குடம் முதலான பாத்திரங்களில் தண்ணீரை வைத்துக்கொண்டு குவளை முதலான பாத்திரங்களால் ஜலத்தை மொண்டு சரீரத்தைச் சுத்தித்தல் குளித்தல் எனலாகாது. மறந்தும் வெந்நீரிற் குளித்தல் ஆகாது. வெந்நீரானது சரீரத்திற்கு குளிர்ச்சியை உண்டுபண்ணும். தண்ணீரானது உஷ்ணத்தை யுண்டு பண்ணும். ஆறு குளங்களில் குளித்த பின் தண்ணீரிலிருந்து வெளியேறியதும் சரீரம் இலேசாயும் சுகமாயும் காணும்.

பிறகு புருஷர்கள் ஏகாந்தமான இடம் தேடி சுவாசத்தை ஒழுங்கு பெற நடத்துவதால் தன்னுடைய வசத்தில் காற்றை நடத்தும் சாதனத்தைப் பழகி அதனால் நீண்ட ஆயுளையும் மனோ ஒருமையையும் புத்தி சூட்சுமத்தையும் சரீர பலத்தையும் மனோ திடத்தையும் எட்டு வித சித்திகளையும் அடையவும் உலக விருத்திக் கேற்ற உத்தம ஆண் பெண்களை உற்பத்தி செய்யவும் உரிமையுடையவராகிறார்கள்.

பெண்கள்

பெண் மக்களும் முன் சொன்ன முறைப்படியே நடந்து கொண்டு குளித்தலாகிய தொழிலை முடித்துக் கொண்டு பட்டு அல்லது தோய்த்த நூலாடையைத் தரித்துக்கொண்டு ஒரு மண் பாத்திரத்தில் பசு மலத்தைச் சலத்துடன் கரைத்து வீதி வாசற்படிகளி லிருந்து வீதியில் தெளித்தல் வேண்டும். வீதிகளில் காலை 3 மணிக்குப்பின் 4-30 மணிக்குள்ளாகத் தெளித்தல் வேண்டும்.

சாணத்தின் குணம்

காலை 3 மணிக்குமேல் 4-30 மணிக் குள்ளாக பூமியில் விஷக் கிருமிகள் உற்பத்தியாகின்றன. அக் கிருமிகள் சூரியனின் ஒளி கண்டதும் மரணமடைகின்றன. அத்தகைய

விஷக் கிருமிகள் வீட்டின் வாசற்படிகளைக் கடந்து வீட்டிற் குள் சென்று நமது சரீரத்தில் வந்தடையுமானால் மயிர்க்கால் களின் மூலமாய் நம் சரீரத்திற்குட் சென்று பலவித விஷ வியாதிகளை உண்டு பண்ணும். அத்தகைய கெடுதல்கள் நமக்கு நேரிடா வண்ணம் காத்தலுக்காக அக் கிருமிகளை நாசமடையச் செய்யும். சாணத்தை அது உற்பத்தியாகும் காலத்திலேயே அக கிருமிகள் வீட்டிற்குள் வரவொட்டாமல் தடுப்பதற்கும் அக் கிருமிகளை மரண மடையச் செய்வதற் கும் தண்ணீரில் கலந்து வீதிவாசற்படிகளிலும் வீதியிலும் தெளிப்பது.

உண்ட இடங்களில் மனிதர்களின் எச்சில் படுவதால் அவ்வெச்சில்களிலுள்ள விஷக் கிருமிகள் பரவிப் பிறர்க் குக் கெடுதல் செய்யாமல் தடுப்பதற்காக உண்ட இடங்க ளில் சாணத்தை மெழுகுதல்வேண்டும்.

ஒருவர் ஒரு பாத்திரத்தை வாயில் வைத்துக் கொண்டு ஜலம் முதலான ஆகாராதிகளை உட்கொள்ளுவாரானால் அவர் வாயில் எச்சிலிலுள்ள கிருமிகள் பாத்திரத்தில் பொருந்தி நின்று அப் பாத்திர மூலமாய்ப் பிறரை யடைந்து விஷ வியாதியை உண்டு பண்ணாது தடுப்பதற்கு மேற் சொன்ன பாத்திரத்தைப் பசுஞ் சாணம் போட்டு சுத்தித்தல் வேண்டும். அப்படிக்கன்றித் தண்ணீரால் அலம்புவதனால் அக் கிருமிகள் நாசமடையாது உயிர் பெற்றிருந்து பிறரை அடையும்.

சமையல் செய்யும் அறைமுதல் சமைக்கும் பாத்திரம், அடுப்பு முதலானவைகளைச் சாணத்தால் நாள்தோறும் சுத் தம் செய்வதால் விஷக் கிருமிகள் நாச மடையும்.

க்ஷயம், காசம், கபவாத சுரம் முதலான வியாதியால் கஷ்டப்படும் உயிர்களின் எச்சிலில் இருக்கும் கிருமிகள்

பிறனை யடைந்து துன்புறுத்தாமல் தடுப்பதற்கு அக் கிருமிகளை நாசஞ் செய்யக்கூடிய சாணம் அல்லது உலர்ந்த சாணம் இவைகளில் வியாதியஸ்தர்களின் எச்சில் கோழை முதலானவைகளை உமிழச் செய்து வெளிப்படுத்தல்வேண்டும். சுட்ட சாணத்தையும உபயோகிக்கலாம். இதை விடுத்து வேறு எந்த ஔடதத்தாலும் மேற் சொல்லிய கிருமிகளை நாசமடையச்செய்ய முடியாது என்று உணர்ந்து சாணத்தை உபயோகிக்கவேண்டும்.

குடல்களில் நேர்வாளம் முதலான வஸ்துக்களின் பிரயோகத்தால் ஏற்படும் இரணங்களால் உண்டாகும் கிருமிகளைச் சாணத்தின் பால் அரை அவுன்சு மோர் அல்லது ஜலத்தில் கொடுக்க சகல கிருமிகளையும் நாச மடைவித்து இரணத்தையும் ஆறறிப் பேதியையும் தடுத்து மலப்பையையும் பலமடையச் செய்யும். இரத்த பேதியையும், இரத்த மூலத்தையும், பெரும்பாடு என்னும் பெண்களுக்கு கருப்பப் பையின் இரணத்தில் காணும் கிருமிகளால் உண்டாகும் உதிரப்போக்கையும் நீக்கும்.

சாணத்திற்கு எல்லாவிதக் கிருமிகளையும் நாசம் செய்யச் சமர்த்தில்லையாயினும் குடல்களில் காணும் கிருமிகளையும் மலப்பையில்காணும் கிருமிகளையும் எச்சில் கோழை ஆகிய இவைகளில் காணும் கிருமிகளையும் காலை 3 மணிக்கு மேல் பூமியில் உற்பத்தியாகும் கிருமிகளையும் நாச மடையச் செய்வதால் நமது சரீரத்துக்குக் குணத்தைத் தரும். கிருமியைப் பசுவின் சாணம் தாங்கியிருத்தலால் மாட்டின் மலம் என்றாலும் நமக்குப் பெருங் குணத்தைத் தருவதால் நாம் கொண்டாடக் கூடிய ஆரோக்கிய மருந்தெனக் கொள்ளல் வேண்டும். சிலர் சாணத்தில் உள்ள கிருமிகள் தவிர வேறு கிருமிகளும் சாணத்தில் உண்டாகின்றதே என்று ஆசங்

கிக்கு மிடத்தில் சாணத்தில் எவ்வித க் கிருமிகளும் உண்டாக மாட்டா. ஆனால் ஈரமான சாணத்தில் புழு முதலானதும் மண் கலந்த சாணத்தில் செல்லு முதலானதும் தோன்ற லாம். தனிச்சாணத்தைச் சலம் படாமல் உலர்த்தி வைத்தால் எக்காலத்திலும் எவ்வித க் கிருமிகளும் அதில் உற்பத்தி யாகா. இந்தக் காரணத்தையே உலகில் பிள்ளையார் பிடித்த சாணத்தில் புழுக்கள் காணாததால் கடவுள் நிச்சயத்தால் தான் என்று தந்திரமாய் உயிர்களுக்குக் கடவுள் நம்பிக் கையை உணர்த்துவதைக் காணலாம்.

காலை 4-30 மணிக்கு ஆண் பெண் ஆகிய இரு பாலார் களும் தனித்த இடத்தில் ஏகாந்தத்திலமர்ந்து வட திசை அல்லது கீழ்த் திசை நோக்கித் தலை கழுத்து முதுகெலும்பு நேரே அமைய தனது குறள் வளையிலுள்ள கரியமல வாயுவை வல நாசியின் மூலமாய் வெளியே தள்ளி வலதுக்கை பெரு விரலால் வலது நாசியை மூடி இடது நாசியின் மூலமாய்ப் பிராண வாயுவை விட வேண்டும்.

வாயு

மரங்களி லிருந்து வெளிவரும் மர விஷ வாயுக்கு பிராணவாயு என்று பெயர். மனிதர்களுக்கு மரத்திலிருந்து வரும் வாயுவே பிராணனுக்கு ஆதாரமானது. ஆகையால் அதற்குப் பிராணவாயு என்று பெயர் வந்தது. ஏரி, குளம், சமுத்திரம் இவைகளை யநுசரித்து வரும் வாயுவுக்கு சல வாயு என்று பெயர். விஷவஸ்து அல்லது சுவாசனையான வஸ்து இவைகளின் சம்பந்தத்தால் வரும்வாயு வஸ்துக் களின் சம்பந்தத்தால் நல்லது கெட்டது என்னும் பெயர் களை அடைகின்றது. எப்படி யெனில் மலத்தை யநுசரித்த பிராணவாயுவுக்கு அபானன் அல்லது மலவாயு என்றும் மல்

விகை முதலான புஷ்பங்களை அடைந்துவரும் வாயு, ரமணீயமான மல்லிகை வாயு என்றும் அக்கினி அல்லது சூரிய வெப்பத்தை யனுசரித்து வரும் வாயுக்கு உஷ்ண வாயு அல்லது அக்கினி வாயு என்றும் சொல்லப்படும்.

வாயுவின் குணத்தால் சரீரத்திற்கும் நல்லது கெட்டது ஏற்படும். விஷ வாயுவை உட்கொள்பவர் விஷ சுரமும், அதிலும் விஷமாகிய வாயுவைச் சுவாசிப்போமானால் மரணத்தையும் அடைவோம். ஆகையால் நாம் சுவாசிக்கக் கூடிய வாயுவானது நமது சரீரத்திற்குத் தகுந்தவாறு நன்மையைச் செய்யக்கூடிய வஸ்துக்கள் கலந்த வாயுவையே சுவாசிக்க வேண்டும். மரத்திலிருந்து வரும் வாயு நமது பிராணனுக்கு அவசியமானதால் மரம் அடர்ந்த இடங்களில் வசித்தல் வேண்டும். அவற்றினும் வேம்பு, தென்னை, அரசு முதலான மரங்களி லிருந்து வரும் வாயு குண முடையது.

காற்றினிடத்தில் ஒருவஸ்து கலந்து விடுமானால் கலந்த அவ் வஸ்துவின் குணமானது கலந்த இடத்திலிருந்து 10 அடிவரையிலும் அதன் குணம் நன்றாய்ச் சுவாசிப்பவர்களுக்கு ஏற்படும். 100 அடிக்குப் பின்னால் காற்றில் கலந்த வஸ்துவின் குணமானது வியாப்பியத்தை அடைந்து பரவுதலால் அதன் குணம் குறைந்து போய்விடுமாதலால், பரவிய குறை குண முள்ள காற்றை சுவாசிப்பவர்களுக்கு யாதொரு நன்மை தீமைகளும் காற்றில் கலந்த வஸ்துவானது உண்டு பண்ண இயலாது என்று அறிந்து 100 அடி வரையில் பரிசுத்தமாய் வைத்திருப்பது ஒருவித தக் கெடுதல்கள் காற்றினால் நமக்கு உண்டாகாது தடுக்கச் சாதனமாம்.

சரீரத்தில் அதிக வெப்பம் ஏற்பட்டு உஷ்ணமாய் இருக்கும் காலங்களில் ஜலத்தின் பக்கமாய் அமர்ந்து கொஞ்ச

நோம் காற்றை சுவாசிப்போமானால் நாம் சுவாசிக்கும் காற்றுடன் கலந்திருக்கும் சலமானது நமது சுவாசக் குழாய்களின் வழிச் சென்று இரத்தத்தில் கலந்து இரத்தத்திலுள்ள உஷ்ணத்தை மாற்றும். அப்படிச் சலவாயுவை சுவாசிக்கும் போது வாயினால் சுவாசத்தை இழுத்தல் விடுதலாகிய காரியங்களைச் செய்வோமானால் தொண்டையில் சலத்தின் பாகம் அதிகரித்துச் சல தோஷ முதலான வியாதிகள் சம்பவிக்கும்.

கடல் ஜலத்திலிருந்து வரும் உப்புக் கலந்த ஜல வாயுவை அதிகம் சுவாசிப்போமானால் அவற்றினும் நமது இரத்தத்தில் உப்புப் பாகம் அதிகரித்துக் காணும். ஆனால் இரத்தத்தில் கலக்கும் அதிக பாகமான உப்பு உடலுக்குப் பெருத்த கெடுதி ஒன்றையும் செய்யமாட்டாது.

அதிக வாசனையுள்ள காற்றைச் சுவாசிப்போமானால் இரத்தத்தில் ஒருவித மாறுதலேற்பட்டுத் தலைவலி முதலான வியாதிகளும் மூளைக்குப் பலயீனத்தையும் உண்டு பண்ணும்.

ஜன நெருக்கத்தில் இருக்கும் போது மனிதர்களின் அசுத்த இரத்தத்தி லிருந்து வெளிப்படும் கரிமல வாயுவைச் சுவாசிக்கும்படி ஏற்படுவதால் நமக்கு உண்டாகக் கூடிய தோஷங்களை நிவர்த்தித்துக் கொள்ள ஜனங்களி லிருந்து வெளிப்பட்டவுடன் பரிசுத்தமான ஏகாந்த வெளியில் அல்லது மண் காற்று வீசாத உயரத்தி லமர்ந்து சுத்தமான காற்றைச் சுவாசிப்பதால் கரிமல வாயுவின் தோஷம் நம்மைத் துன்பமடைவிக்காமல் கழிந்து விடும்.

நாம் உயிர் வாழ்வதற்குக் காற்றே முக்கியமான தாதலால் காற்றின் குறைகுணங்களை நன்காராய்ந்து சுவாசிக்க வேண்டும். மரங்களிலிருந்து வெளிவரும் பிராண வாயுவானது காலை 4-30 மணியிலிருந்து காலை 8 மணி வரையிலும் மாலை

5 மணியிலிருந்து மாலை 8 மணி வரையிலும் வரும். மற்றக் காலங்களில் அதாவது சூரிய உஷ்ணம் தாக்கிய பிறகு மரங் களிலிருந்து வரும் வாயு பிராண வாயு நாமத்தை யடையாது. மர வாயு அல்லது மர உஷ்ண வாயு என்று கூறப்படும். தவிர இரவில் காணும் வாயுவுக்கு மர சீத வாயு என்று கூறப்படு வதால் அத்தகைய வாயுவைச் சுவாசிக்கத் தகுதியற்ற தென உணர்தல் வேண்டும்.

நமக்கு ஆதாரமாயுள்ள பிராணவாயுவை நாம் சரிவர நடத்தி நீடித்த நாள் நோயற்றுச் சுகதேகியாயும் பலசாலிக ளாகவும் புத்திக் கூர்மையுள்ளவராயும் சகல சித்திகளோடும் உயிர் வாழ வேண்டுமானல் காற்றின் சாதனத்தால் காற்றை நம் வசத்தில் வைக்க வேண்டும். அப்படி நம் வசத்தில் காற்றை வைப்பதற்குக் காற்றை சாதனத்தால் வசமாக்கல் வேண்டும். அச் சாதனத்தில் முதல் முதலில் ஒவ்வொருவரும் ஆண் பெண் இரு வகுப்பாரும் அதிகாலை 4-30 மணிக்கும் மத்தியானம் 10 மணிக்கும் மாலை 5 மணிக்கும் இரவு 11 மணிக்கும் ஆக நாள் ஒன்றுக்கு நாலு தடவை, தடவை ஒன் றுக்குக் குறைந்தது 10 நிமிஷம் சுவாசத்தை ஒருங்காக அதாவது கிரமக் கணக்காக இழுத்தல். இழுத்த சுவாசத்தை சற்றுத் தடுத்தல், தடுத்த சுவாசத்தை நிதானமாய் விடுத்தல் ஆகிய இச் சாதனத்தைச் செய்தல் வேண்டும். அப்படி நாள் ஒன்றுக்கு நாலு தரம் சுவாசத்தைப் பழகும் பழக்கம் செய் யச் சாத்திய மில்லையாயின் காலை 4-30 மணிக்கும் மாலை 6 முதல் 7 மணிக்கும் கட்டாயம் பழக வேண்டியது.

காற்றைச் சாதனம் செய்ய ஆரம்பிப்பவர்கள் ஒவ் வொருவரும் காலை 4-30 மணிக்கு வடதிசை அல்லது கிழக் குத் திசை ஆகிய இத் திசைகளில் முகத்தை அமையும்படி

அமர்ந்து கழுத்து, சிரம், முதுகு ஆகிய இவைகள் நேரே ஒழுங்காய்ப் பொருந்த ஆசனத்தி லிருந்து வலக்கைப் பெரு விரலால் வல நாசியை மூடி இடது நாசியில் காற்றை நிதான மாய் இழுத்தல் வேண்டும். அப்படி இழுக்கும்போது ஆரம்ப அப்பியாசிகள் மூன்றரை மாத்திரையோடுங் கூடிய 'ஓ—ம்' என்னும் அட்சரத்தை 4 முதல் 8 தரம் வரையில் நினைக்கும் பரியந்தம் காற்றை இழுத்த பிறகு வல மோதிர விரலால் இடது நாசியையும் மூடிக் காற்றை அடக்கல் வேண்டும். அப்படி அடக்கும்போது 'ஓம் சோகங்' என்று 4 முதல் 16 தரம் வரையில் நினைக்கும் பரியந்தம் காற்றை அடைத்து வைத்திருக்கவேண்டும். மீண்டும் வல நாசியின் மேல் வைத் திருக்கும் வலக்கைப் பெரு விரலை நீக்கி வலது நாசியில் காற்றை விடல் வேண்டும். அப்படிக் காற்றை விடும் போது முதல் சொல்லிய ஓ—ம் என்ற அட்சரங்களை 4 முதல் 8 வரையில் மனத்தில் நினைக்கும் பரியந்தம் காற்றை விடல் வேண்டும். இவ்வாறு சுமார் 6 மாத காலம் பழகல் வேண்டும். பழகும் போது முதலில் அதாவது காற்றை இட நாசியில் இழுக்கும்போது ஓ—ம் என்று 4 தரம் நினைக்கும் பரியந்தம் இழுத்தால், விடும் பொழுதும் அந்த 4 தரமே நினைத்தல் வேண்டும். இதனால் எவ்வளவு நேரம் காற்றை இழுக்கின் ரேமோ அவ்வளவு காலமே காற்றை விடுவதற்கும் வகிக்க வேண்டும். தடைப்படுத்தல் மாத்திரம் 'ஓம் சோகங்' என்று 8 முதல் 10 தரம் நினைக்கும் பரியந்தம் என்று சொன்னதில் காற்றை இழுக்கும் மகா வாக்கியத்தை 4 தரம் நினைத்துப் பழகும் காலத்தில் ஓம் சோகங் என்னும் மகா வாக்கியத்தை 8 தரம் நினைக்கும் பரியந்தம் காற்றைத் தடுத்தல் வேண்டும். இப்படி ஆறு மாதத்திற்குப் பின் காற்றை இழுத்தலும் விடுத்தலும் ஆகிய மகா வாக்கியத்தை 8 தரமும் காற்றை

அடைத்தலாகிய ஓம் சோகம் என்னும் மகா வாக்கியத்தை
16 தரமும் நினைத்துப் பழகல் வேண்டும். இப்படி ஆறு மாத
காலம் பழகிய பின்னர் இழுத்தல் விடுத்தலாகிய காலம்
ஒரே அளவாகவும் அதாவது 8 தரம் ஓம் என்னும் மகா
வாக்கியத்தை நினைக்கும் பரியந்தம் வகிக்க வேண்டும்.
காற்றை அடைத்தல் மாத்திரம் 16-ல் இருந்து 24 தரம் நினைக்
கவும் பிறகு 32 தரம் நினைக்கவும் பிறகு 40 தரம் நினைக்கும்
பரியந்தம் தடைப்படுத்தல் வேண்டும். ஒவ்வொரு 6 மாதத்
திற்கு 5 நிமிஷமாக உயர்த்தி மேற்படி வாக்கியத்தை அது
வரையில் நினைத்துக் காற்றைத் தடுத்து வைத்துப் பழகல்
வேண்டும். இதன்படி ஒரு மனிதன் அல்லது ஒரு பெண்
பழக ஆரம்பித்து சுமார் 2 மணி 30 நிமிஷம் வரையில்
காற்றைச் சுவாசக் குழாயில் நிறுத்தப் பழகுவார்களே
யானால் அவர்களுக்கு அணிமாதி சித்திகள் உண்டாகும்.
அத்தகைய சித்திகளால் காயம் நோயற்று நீடித்த காலம்
நிலைபெற்றிருக்கும். அப்படி நிலைபெற்றிருக்கும் சரீரத்திற்கே
உடல் சித்தி என்றும் காய கல்பம் என்றும் கூறப்படும்.
அத்தகையோர் எளிதில் உயிர் முத்தியை அடையும் சாத
னத்தையும் தேடி உயிர் முத்தியையும் அடைவர் என்பது
நிச்சயம்.

காற்றின் சாதனத்தைப் பழக ஆரம்பிக்கும் காலத்தில் பலவீனமானவர்கள் முதல் முதலில் ஓம் என்ற வாக்கியத்தை 4 தரம் நினைக்கும் பரியந்தம் காற்றை இட நாசியால் இழுக்க வேண்டும். அப்படி இழுக்கும்போது வலக்கைப் பெருவிரலால் வல நாசியின்மேல் வைத்து மூடிக் கொள்ளல் வேண்டும்.

காற்றை இட நாசியால் இழுத்துக் இழுத்த காற்றை இருதயத்தில் நிற்கும்படி பாவித்து ஓம் சோகம் என்னும்

வாக்கியத்தை 8 தரம் நினைக்கும் பரியந்தம் தடுத்தல் வேண்டும். அச்சமயம் வலது கைப் பெரு விரலைக்கொண்டு வல நாசியையும் வலக் கை மோதிர விரலைக்கொண்டு இட நாசியையும் மூடல் வேண்டும். அப்படி மூடிக்கொண்டு பிராண வாயுவைத் தடுத்தல் வேண்டும்.

தடுத்துள்ள காற்றை வல நாசியால் 4 தரம் ஓம் என்னும் வாக்கியத்தை நினைக்கும் பரியந்தம் வெளியில் விடுத்தல் வேண்டும். காற்றை வெளிப்படுத்தும்போது நிதானமாய் ஒரே அளவாக விடல் வேண்டும். அச் சமயம் வல நாசியின்மேல் வைத்திருக்கும் வலக்கைப் பெரு விரலை நீக்கி வல நாசியின் மூலமாகவே காற்றை விடல் வேண்டும். அக் காற்றானது இரத்தத்தின்கண் உள்ள கரிமலம் என்னும் விஷத்தைக் கவர்ந்துகொண்டு வெளிப்படுவதால் அக் காற்று கரிமல வாயு என்று சொல்லப்படும்.

இப்படி ஆரம்ப அப்பியாசிகள் சுமார் 6 மாத காலம் பழகிய பிறகு, காற்றை இழுத்தல் விடுத்தலாகிய கால அளவை உயர்த்திக்கொள்ள வேண்டும். அதாவது காற்றை இடது நாசியால் இழுக்கும்போது ஓம் என்னும் வாக்கியத்தை 8 தரம் நினைக்கும் பரியந்தமும், இழுத்த காற்றை அடக்கும்போது ஓம் சோகங் என்னும் வாக்கியத்தை 16 தரம் நினைக்கும் பரியந்தமும், அடக்கிய காற்றை வலது நாசியின் வழியாய் விடுக்கும்போது ஓம் என்னும் வாக்கியத்தை 8 தரம் நினைக்கும் பரியந்தமுமாக உயர்த்திக் கொள்ளல் வேண்டும்.

இதன்படி 6 மாதம் பழகிய பின்னர் காற்றை இழுத்தல் விடுத்தலாகிய காலம் ஓம் என்னும் வாக்கியத்தை 8 தரம் நினைக்கும் வரையில் என்று தெரிந்து கொள்ளல் வேண்டும். தடுத்தலாகிய காலத்தை மாத்திரம் ஒவ்வொரு 6 மாதத்திற்கு

ஓம் சோகங் என்னும் வாக்கியத்தை பதினாறிலிருந்து 24 தரமும் பிறகு 5 நிமிஷங்களாகவும் கூட்டிக்கொண்டு தடுத்தலாகிய பழக்கத்தைச் செய்து வரல் வேண்டும். இப்படிச் சுமார் 2 மணி நேரம் 30 நிமிஷம் காற்றைத் தடுத்து வைக்கும் சாதனத்தைச் செய்யும்போது முதலில் ஓம் சோகங் என நினைத்து உடனே 'ங்' என்ற நினைப்போடு காற்றைத் தடுத்துக்கொள்ளும் புருஷர்களும் பெண்களும் காயத்தைச் சித்தி செய்தவர்களாகின்றார்கள். அத்தகையோர் உலகில் 8 முதல் 64 சித்திகளைச் செய்து காட்ட வல்லவர்களாகின்றனர்.

காற்றைச் சாதனம் செய்யும் காலத்தில் பழக வேண்டிய முறைகளாவன:—

இடது நாசியில் காற்றை இழுத்து வலது நாசியில் காற்றை வெளித் தள்ளும் பழக்கம் செய்யும் காலத்தில் சரீரத்தில் வெப்பம் அதிகரிக்கும்; அப்படி வெப்பம் அதிகரித்த காலத்தில் அதாவது சரீரத்தில் உஷ்ணம் அதிகரிக்கும் காலத்தில் அவ் வுஷ்ணத்தை மாற்றிக் கொள்ள மருந்துகளை உபயோகிக்க வேண்டிய அவசியமில்லை. அது சமயம் பிராண வாயுவை வலது நாசியில் இழுத்து இடது நாசியில் விடப் பழகினால் தேகம் குளிர்ந்து விடும். இதனால் சரீரம் குளிர்ச்சியைப் பெறும். நமக்குக் குளிர்ச்சி வேண்டிய அளவுக்கு அதுகால பரியந்தம் வலது நாசியில் காற்றை இழுத்து இடது நாசியில் காற்றை விடல் வேண்டும். ஆனால் அக் காலங்களிலும்கூடக் காற்றைத் தடுக்கும் காலம் மாத்திரம் ஒரே அளவாக அப்பியாச காலத்திற்குத் தக்கபடி வைத்துக்கொள்ளல் வேண்டும்.

நாசிகளின் வழியாய்க் காற்றை இழுத்தலாகிய பழக்கமும் விடுத்தலாகிய பழக்கமும் முதலில் பழகல் வேண்டும்.

எக்காரணம் கொண்டும் வாயால் காற்றை இழுத்தல் விடுத்தல் ஆகிய பழக்கம் இருத்த லாகாது.

நாசியின் மூலம் காற்றை இழுத்துப் பழகும் காலத்தில் இழுக்கப்பட்ட காற்றானது இரு சுவாசக் குழாய்களின் முடிவை அடைந்து அவ்விடத்தில் வந்து சேரும். அசுத்த இரத்தத்தில் தோய்ந்து மீண்டும் அக்னி னின்றும் வெளி வரும்போது அவ் விரத்தத்தின்கண்ணுள்ள அசுத்தமாகிய விஷத்தை அதாவது கரிமலத்தைத் தன் வசமாக்கிக்கொண்டு கரிமல வாயு என்னும் நாமத்தோடு வெளிவருகின்றது.

அப்படிக் கரிமலம் நீங்கிய இரத்தமானது சுத்த இரத்த மாய் மீண்டும் மார்புப் பக்கம் அமைந்துள்ள துவார வழியில் பிரவேசித்து இருதயத்திற்குச் சென்று விடுகின்றது. இரு தயத்தில் சென்ற இரத்தமானது மீண்டும் கீழ்ப்பாகத்தில் அமைந்துள்ள இருதய துவார மூலமாய் வெளிக் கிளம்பி சுத்த இரத்த நாடிகளின் வழியே சென்று சகல பாகங்களுக் கும் செல்லுகின்றது. சென்ற இரத்தமானது சரீரத்தின் ஒவ்வொரு பாகத்தின் முடிவுவரைச் சென்று மீண்டும் திரும் பும்போது அசுத்த இரத்தக் குழாய்களின் வழியே மீண்டும் சுவாசக் குழாயின் முடிவை யடைந்து அங்கு வந்து சேரும் காற்றால் சுத்த மடைகின்றது.

இரத்த ஓட்டம் (சுத்தி)

நம்முடைய சரீரத்தில் நாம் உயிர் வாழக் கூடிய முக்கிய அம்சங்களில் மூளை, இருதயம், காற்று (இழுத்தல் விடுத்தல்) ஆகிய இம் மூன்றும் முதன்மை யானவை. இவற்றுள் ஒன்றின் தொழில் குறைந்தாலும் தடைப்பட்டாலும் உயிர் வாழ முடியாது. மூளையி னிடத்திலிருந்து ஒரு சக்தியானது இருதயத்துக்குச் சென்று இருதயத்தைக் குவிதல் விரித

லாகிய தொழிலைச் செய்விக்கின்றது. இருதயத்தின் விரிதல் குவிதலாகிய தொழிலானது காற்றை நாசியின் மூலம் இழுத்தல் விடுத்தலாகிய செயலைச் செய்விக்கின்றது. இத்தகைய வழியில் நமது சரீரம் நடைபெற்றாலும் இவற்றுள் கடைசியாய் நாம் இழுத்தலாகிய காற்றின் தொழில் மிக முக்கியமானது. ஏனெனில் நாம் இழுக்கும் சுவாசத்தை 1 தரம் இழுப்போமானால் அந்த ஒரு சுவாசத்துக்குள் இருதயமானது ஏறக் குறைய இரண்டு தரம் குவிதல் விரிதலாகிய தொழிலை நடத்துகின்றது. அப்படி இருதயம் ஒரு முறை குவிந்து விரியும் காலத்திற்குள் சரீரத்திலுள்ள நாடிகள் இரண்டு முறை குவிந்து விரிகின்றன. இக் கணக்கின்படி 1 சுவாசத்திற்கு இருதயத் துடிப்பு இரண்டும், நாடிகளின் துடிப்பு நான்கும் என்று சொல்லலாம். இப்படிப் பார்க்கும் சாதாரண மனிதன் தற்காலத்தில் நிமிடம் ஒன்றுக்கு 18 முதல் 20 சுவாசம் விடுகின்றான். அதன்படி பார்த்தால் நிமிடம் ஒன்றுக்கு அவனுடைய இருதயமானது 36 தரம் துடிக்கின்றது. நாடியானது 70 முதல் 76 வரை துடிக்கின்றது.

நாம் சரீரத்தைச் சம நிலையில் வைத்திருக்கும் காலத்தில் அதாவது அக்கினி சலம் வாயு ஆகிய மூன்றும் கிரமேணாய் காற்று 4 பங்கு அக்கினி 2 பங்கு சலம் 1 பங்கு ஆக இருக்கின்றபோது இவற்றுள் ஏதாவதொன்று ஏற்றத் தாழ்வை அடையுமானால் வியாதி சம்பவிக்கின்றது. எப்படியெனில் சுரம் என்று சொல்லும்போது உஷ்ணம் அதிகரிக்கின்றது. அந்த உஷ்ணமானது சரீரத்தில் 1 டிக்கிரி அளவுக்குமேல் செல்லுமானால் அதுசமயம் நாடியானது நிமிடம் ஒன்றுக்கு 10 துடிப்பை அதிகரிக்கச் செய்கின்றது. இப்படி ஒவ்வொரு டிக்கிரி சுரம் அதிகரிக்க அதிகரிக்க நாடிகளும் இயற்கையாக

அடிக்கும். நாடியி லிருந்து அதிகப்படும் டிக்கிரி 1-க்கு 10 துடிப்பு விகிதம் அதிகரிக்கின்றது. இதன்படி நாடி அதிகரிப்பதால் இருதயத் துடிப்பும் அதற்குத் தக்கபடி அதிகரிக்கின்றது. இருதயத் துடிப்பு அதிகரிப்பதால் சுவாசமும் அதிகரிக்கின்றது. இப்படி அதிகரித்துக்கொண்டு போவதால் மரணம் சம்பவிக்கின்றது.

இது போலவே சல பாகம் சரீரத்தில் அதிகரித்தால் நமது நாடிகள் துடிக்க வேண்டிய அளவி லிருந்து குறைந்து கொண்டே போய் மரணத்தை அடைவிக்கின்றது.

ஆனால் காற்றின் பாகம் அதிகரிப்பதால் அத்தகைய மரணங்களி னின்றும் தவிர்த்து நம்மை நீடித்து வாழச் செய்விக்கின்றபடியால் இவற்றுள் காற்றின் குணம் மேலானது.

காற்று சரீரத்தில் அதிகரிப்பதால் பெருத்த கெடுதல் ஒன்றுஞ் செய்யாத காரணத்தாலும், காற்றின் சாதனம் ஆகிய ஒன்றினாலேயே சரீரத்தின்கண் சல பாகமும் அக்னி பாகமும் தம் நிலையை வைத்துக்கொள்ள முடியு மாதலாலும், காற்றின் பரிசத்தால் இரத்தமானது சுத்தமடைகின்ற தாதலாலும் காற்றையே ஒவ்வொருவரும் முக்கியமாய்க் கவனித்தல் வேண்டும்.

காற்றை நாசியால் இழுத்துச் சற்று நேரம் இரத்தத்தில் தோயும்படித் தடைப்படுத்தாவிடில் இரத்தத்திலுள்ள விஷமானது நீங்குவதில்லை. அப்படி விஷத்தோடுங் கூடிய இரத்தமானது இருதயத்தில் பிரவேசித்து மீண்டும் சுத்த இரத்தங்கள் செல்லக்கூடிய நாடியில் செல்லுமானால் வியாதிகள் சம்பவிக்கின்றன.

அத்தகைய விஷத்தினுல் ஏற்படும் வியாதிகளுக்குக் காரணமாயுள்ள விஷங் கலந்த இரத்தத்தை இயற்கைக்கு மாருக, அதாவது இயற்கையாக சுவாசத்தால் பரிசுத்த மடைய வேண்டிய இரத்தத்தைக் கவனியாது நிமிடந் தோறும் சுவாசந்தோறும் விஷத்தைப் பரிசுத்தம் பண்ணுது, இருதயத்தில் புகவிட்டுக்கொண்டு அசுத்தத்தோடு தோன்றிக் கொண்டிருக்கும் இரத்தத்தின் வியாபகத்தில் கலந்தோ அல்லது தீனிப்பையி லிருந்து இருதயத்திற்குச் செல்லும் 1/16 பாகமாகிய இரத்தத்தில் கலந்தோ வேறு விஷங்களைக் கலக்கச் செய்து வியாதிகளுக்குக் காரணமாயுள்ள விஷ இரத்தத்தை மாற்ற முயல்வது மேலும் மேலும் விஷங்களை விருத்தி செய்வதே யன்றி விஷத்தைக் குறைத்தலாகாது. ஔடதப் பிரயோகத்தால் காணும் விஷமானது இரத்தத்தி லுள்ள விஷத்தை மாற்றிக் குணம் செய்வதுபோல் காணப் பட்டாலும் மருந்து விஷமானது ஒன்று போய் மற்ருென் ருக மாறி ஒரு வியாதிபோய் வேறு வியாதியாக நாளடை வில் வந்துகொண்டே இருந்து கடைசியில் மரணத்தில் கொண்டுபோய் விடுமே யொழிய குணத்தை ஒரு காலத்தி லும் உண்டுபண்ண மாட்டாது.

ஆகையினுலே இயற்கைச் சாதனமாகிய சுவாசத் தண்டி யினுலேதான் இரத்தத்தைச் சுத்தமாக வைத்துக் கொள் ளல் வேண்டும். இச் சாதனமே எல்லோராலும் ஒப்பத் தகுந்தது.

காற்றின் வேகமானது நீண்டதொரு சுவாசக் குழாய் களின் வழியாகச் செல்வதினுல் அக் காற்றுனது வேகத்தை யும் பலத்தையும் அடைந்து இருதயத்தில் செல்கின்றபடியால் இருதயமும் குவிதல் விரிதலாகிய தொழிலை எப்பொழுதும் இயற்கையாக நடத்திக்கொண்டு வருகின்றது. அது

போலவே இரத்த நாடிகளும் குவிதல் விரிதலாகிய தொழிலே நடத்துகின்றன. அப்படி நாடிகளும் இருதயமும் சுவாசக் குழாய்களும் குவிதல் விரிதலாகிய தொழிலே நடத்துவதால் சரீரம் பூராவும் பெருகுடல், சிறு குடல், வயிறு, மலப்பை முதலிய சகல பாகங்களும் குவிந்து விரிந்து கொண்டிருக்கின்றன. அதனால் சரீரம் பூராவும் காற்ருனது பரவுகின்றது; சுகமாக உயிர்வாழ்கின்ருேம்.

காற்றின் பலத்தினுலேயே இரத்தமானது இருதயத்திலிருந்து வெளிக்கிளம்பி 72,000 நாடிகளின் முடிவுவரை சென்று அசுத்த இரத்த நாடியின் வழியாய்த் திரும்பி சுவாசக் குழாயின் முடிவை யடைந்து காற்றின் பரிசத்தால் சுத்தமடைகின்றது. அப்படிச் சரீரத்தைச் சுற்றிவந்த இரத்தம் பரிசுத்தமடையும் காலத்தில் 1/16 பங்கு குறைகின்றது. அதன்படி குறைந்து சென்ற இரத்தத்திற்குப் பதிலாய் நாம் உட்கொள்ளும் ஆகாரத்தினுல் உண்டாகும் இரத்தமானது 1/16 பாகம் இருதயத்திற்குச் செல்வதால் ஒரே படித்தான நிலேயில் நமது சரீரத்தில் இரத்தம் பரவிக்கொண் டிருக்கின்றது. இப்படிப் பரவும் இரத்தமானது காற்றின் உதவியின்றி நாடிகளில் ஓடித் திரும்ப முடியாதபடியால் காற்றின் அவசியம் தெரிந்து காற்றை நடத்தவேண்டியவர்க ளாகின்ருேம்.

காற்றின் போதல் வருதலாகிய தொழில்களால் இருதயமும் சுவாசக் குழாய்களும் தீனிப்பையும் பித்தப்பையும் பெருகுடல் சிறு குடல்களாகிய 20 முழ நீளமுள்ள குடல்களேயும் அலேகளேப்போல் ஒன்றன்பின் ஒன்ருக்க் குவிந்து விரிந்துகொண் டிருக்கின்றன. இப்படிக் குவிந்து விரிதலால் தீனிப்பை குவியும்போது பையிலுள்ள ஆகாரமானது கீழாகவும், விரியும்போது மேலாகவும் மாறிக் கொண்டிருக்கின்றது. அதுசமயம் பித்தப் பையானது ஒரு

தாம் தீனிப்பை குவிந்து விரியும் காலத்திற்குள் குவிந்து விரிதலால் அது குவியும்போது அப் பையிலுள்ள பித்த மானது துளிகளாக ஆகாரத்தின்மேல் விழுகின்றது. அப் படிப் பித்தம் கலந்த ஆகாரமானது அக்கினியின் பரிசமாகிய பித்தக் கலப்பால் மிருதுவான நிலையை யடைந்து பெருங் குடல் சிறு குடல்களில் பிரவேசிக்கின்றது. அப்படிக் குடல் களில் ஆகாரத்தைச் செலுத்தச் செய்வதும் தீனிப்பையில் உண்டாகும் காற்றே. தீனிப்பை குவியும்போது காற்றானது தீனிப்பையிலுள்ள ஆகாரத்தைக் குடலில் செலுத்துகின் றது. குடலில் செல்லும் ஆகாரமானது கிரமேணாய் ஒவ் வொரு குவிதல் விரிதல் ஆகிய தொழில் குடல்களில் உண் டாகும்தோறும் கொஞ்சம் கொஞ்சமாய் அலைகளைப் போல் வரும் வரிசைகளாகிய குவிதல் விரிதலால் நகர்ந்து நகர்ந்து 20 முழம் நீளமுள்ள குடல்களைக் கடந்து மலப் பைக்குச் சென்று அங்குத் தாமதித்து அங்கு நிகழும் மல வாயுவினால் வெளித் தள்ளப்படுவதால் எல்லாக் காரியங்களை யும் நமது சரீரத்தில் காற்று ஒன்றே நடத்தி வருவதால் அத் தகைய காற்றை நமது சரீரங்களில் ஒவ்வொரு பாகத்திலும் நடத்தவேண்டிய முறைகளின்படி ஒழுகுவது நமக்கு அவ சியமானதால் காற்றின் சாதனம் இன்றியமையாதது.

நமது புத்தியும் மனமும் உணர்வும் மற்ற சகலமும் சுக மாக நீடித்து இருக்கவேண்டுமானால் நமது சிரசின் கண் ணுள்ள மூளையைக் காப்பாற்றிக்கொள்ள வேண்டியவர்க ளாகின்றோம்.

மூளையைக் காப்பாற்ற வேண்டுமானால் இரண்டு மார்க் கங்க ளுண்டு. அம் மார்க்கங்களில் மூலாதாரத்தி லிருந்து உண்டாகும் அபான வாயுவை வீணாத்தண்டின் வழியே மூளைக்குச் செல்லுதல் ஒன்று. மற்றொன்று புருவ

மத்திய ஸ்தானத்தில் இருக்கும் வெளியின் மூலமாய்க் கரிமல வாயுவை மூளைக்குச் செலுத்தல் ஆகியவைகளே.

இவற்றுள் மூலாதாரத்திலுள்ள மலக் காற்றை வீணைத் தண்டில் எப்படிச் செலுத்துவது என்றால், எல்லாப் பாகங்களிலும் சரியானபடி காற்றை நிரப்பிக் கொண்டு சரீரத்தைச் சுகமான நிலையில் வைத்துக்கொண்ட பின் மனத்தை மூலாதாரம் என்று சொல்லும் ஆசனத் துவாரத்திற்குமேல் இரண்டு விரற்கடை உயரத்தில் இருக்கும் ஒரு வெளியில் நிறுத்திப் பழகல் வேண்டும். அப்படிப் பழகும் காலையில் சரீரத்திலுள்ள சகல பாகங்களிலும் நிறைந்துள்ள காற்றானது சாந்த நிலையில் மெதுவாக வேலை செய்யும். அதுகாலை மனத்தை மூலாதாரத்தில் நிறுத்தி யிருப்பதால் அங்கு நின்றிருக்கும் மனத்தை 'ஓம்' என்ற மந்திரத்தை நினைத்து அங்கு நிகழும் மல வாயுவைச் சலிக்கச் செய்தல் வேண்டும்.

அப்படிச் சலிக்கும் காற்றானது வெளிப் போகாதபடி அவ்விடத்திலே தயங்கி எவ்வழியி லாவது நுழைய இடந் தேடும். இத் தொழிலானது 'ஓம்' என்னும் அட்சர நினைப்பால் நிகழ்கின்றது. அ என்ற சப்தத்தால் காற்றின் சலனம் காணலாம். உ என்ற சப்தத்தால் காற்று மேல் கிளம்பப் பார்க்கும் தருவாயில் ம் என்ற சப்தமானது சலித்தக் காற்றை அழுத்தப் பார்க்கலாம். இத்தகைய காரியத்தை நிகழ்த்தக் கூடிய பிரணவ மந்திரத்தைச் சதா நினைப்பதால் அங்கு முடிவடைந்த வீணைத் தண்டின் சிறிய துவாரத்தில் மலக் காற்றானது பிரவேசிக்க முயல்கின்றது.

வீணைத்தண்டின் முனையில் மலவாயுவின பரிசம் உண்டான மாத்திரத்திலேயே தனது சரீரத் தோற்றமானது நீங்கி சங்கல்ப விகல்பங்கள் தோன்றாது நிகழ்கின்

றது. இத்தகைய நிலையைச் சுக உதயம் என்றும், அருள் உதயம் என்றும், ஞானோதயம் என்றும், விக்கினமற்ற இடம் என்றும் சொல்லப்படும். இந்தச் சாதனம் செய்யும் காலத்தில் மல வாயுவானது வீணாத்தண்டில் பிரவேசிக்க வீணாத்தண்டை அடைந்து அதன் துவாரத்தில் நுழைய முயலும்போது சரீரத்தோற்ற மின்மையும் மீண்டும் அக் காற்றானது வெளிவரும்போது அதாவது வீணாத் தண்டின் வழியே மேலேறாது வந்த வழியிலேயே திரும்பிக் கொண்டிருக்கும் அப்பியாச காலத்தில் உண்டாகும் சரீரத் தோற்றமும் தோற்றமின்மையும் ஆகிய நிலைக்கு சவ்விகற்ப சமாதி என்று சொல்லப்படும்.

இத்தகைய சாதனம் செய்யும் காலத்தில் 'ஓம்' என்ற அட்சரமானது நமக்கு ஒரு தோணியைப்போல் விளங்கும்.

மல வாயுவானது சாதாரணமாய் வீணாத்தண்டின் வழியே மேலேற ஆரம்பிக்கும்போது ம் என்ற அட்சரத் தையே நினைத்தல் வேண்டும். அப்போது ஒரே படித்தாய் மலக் காற்றானது வீணாத்தண்டின் கால் பாகத்திற்குச் சென்று திரும்புமானால் ஒரு நாள் அல்லது இரண்டு நாள் சரீரத் தோற்ற மில்லாது இருக்கும். இப்படி அரை பாகத் திற்கும் முக்கால் பாகத்திற்கும், முழு பாகத்திற்கும் மலக் காற்றானது செல்லுமானால் சில சமயம் 4-நாள், 10-நாள் 1 மாதம் ஆக சரீரத் தோற்றமின்றி அசைவற்றுச் சரீரம் சித்திர தீபம்போல் நிற்கும். இதையே நிர்விகற்ப சமாதி என்று சொல்லுவார்கள். இத்தகைய சாதனம் கைவந்த பிறகு மல வாயுவானது மூளைக்குச் சென்று மூளையைச் சுத்தி செய்து மூளையைப் பெருகவும் பலமடையவும் இறுகவும் செய்வதால் அணிமாதி சித்திகள் அத்தகையோரிடம் நிகழ்கின்றது மன்றி நீடித்த காலம் வரை அவர்களின்

இஷ்டம்போல் சரீரத்தை வைத்துக்கொண் டிருக்கச் சாத்திய மாகின்றது.

சுகமாக இருக்க, ஆனந்தமாக இருக்க வழியாகிய சாதனத்தைப் பெற்றுவிட்டபடியால் அத்தகையோர் நினைத்த போதெல்லாம் அடைந்த ஆனந்தத்தை வரவழைத்துக் கொண்டு திருப்தி யடைகின்றனர். இதையே பெரிய சுகம் என்று சொல்வதுண்டு. இதை விடுத்து மூளையின்கண் இருக்கும் நாதத்தை உஷ்ணத்தால் போக காலத்தில் தன்னிடம் விட்டுப் பெயர்த்து வெளித்தள்ள முயற்சிக்கும்போது நாதமானது வீணைத் தண்டின் வழியே கீழே இறங்கும்போது வீணைத் தண்டில் ஒரு உணர்ச்சி ஏற்பட்ட காலத்திலே ஒரு விநாடி சரீரத் தோற்றமானது நீங்குவதால் அதைச் சிறிய இன்பம் என்று சொன்னாலும் அது துன்பமே எனலாம். ஏனெனில் அதனால் காணும் இன்பமோ ஒரு விநாடி; துன்பமோ மரணத்திற் கேதுவானது. மூளையிலுள்ள ஆதாரமான வஸ்து வெளிப் போவதால் மூளையானது நாசத்தை யடைவதால் இருதயம் முதலானது தன் தொழில் நடத்த முடியாமல் பல வியாதியின் வயப்பட்டு மனிதன் மரணமடைவதால் துன்பம் எனலாமே ஒழிய இன்பம் என்னலாகாது.

மேற் சொல்லிய விதிகளானது உடல் சித்தியையும் அதன் துவாரா உயிர் முத்தியையும் கொடுக்கக்கூடிய வழியில் ஒன்று. இவற்றிலும் காற்றின் சாதனமே முதன்மையானதால் காற்றின் சாதனத்தைக் கைக் கொள்ளல் வேண்டும்.

இரண்டாவதானது கண்ணுக்கும் மூக்குக்கும் மத்தியில் இரண்டு காதுகளுக்கும் மத்தியில் உச்சிக்கும் கீழும் உள்

நாக்குக்கு மேலும் ஒரு சிறிய வெளியிருக்கின்றது. இந்த இடத்தைக் கண்ணின் முனை (சுழி முனை) என்று சொல்லுவர்.

அந்த இடத்தில் முனையிலிருந்து ஒரு நரம்பு வந்து முடிவடைகின்றது. இந்த நரம்பின் துவார மூலமாய் உண்டாகும் ஒரு சக்தியே மேற் சொன்ன வெளியில் வந்து அங்கிருந்து இரண்டு குழாய்களில் சென்று நேத்திரமாக ஒரு சிறிய வெளி மூலமாக சகல வஸ்துக்களையும் பார்க்கின்றது. இதனால் நமது கண்களில் காணும் கருப்பு விழியானது அதன் மத்தியில் காணும் வெளியுடன் விளங்கக் கூடியது. அத்தகைய வெளியாகிய கண்ணின் துவார மூலமாய் அதற்காதாரமாகிய உள் வெளியின் ஆதார வொளியானது சகல வஸ்துக்களையும் காண்கின்றது. இதற்குச் சாக்கிறதா அவஸ்தை என்று பெயர். இதனைப் பிறகு கூறுவாம்.

மூலாதாரத்தில் மலக் காற்றானது தடைப்பட்டு வீணாத் தண்டின வாய்ப்புறத்தில் நுழைய முயற்சிக்கும்போது சரீரத் தோற்றமும் உலகத் தோற்றமும் மறையும். மீண்டும் காற்றானது வீணாத் தண்டினுள் செல்லாமல் மூலாதாரத்தின் வெளியில் தயங்கும்போது மனம் நிகழும். அப்படி நிகழ்ந்த மனத்தில் சரீரமும் நானாவித உலகத் தோற்றமும் காணும். இதை விகற்ப சமாதி என்றும் விட்டுவிட்டுப் பழகல் என்றும் சொல்லுவார்கள்.

மலக் காற்றானது வீணாத் தண்டின் உள்ளே பிரவேசித்த காலத்திலேயே மனம் தோன்றாது; தேகம் காணாது; உலகமும் தெரியாது; அந்த நிலையிலே அதாவது வீணாத்தண்டின் முனையில் நுழைந்த காற்றானது தண்டின் வாய்ப் புரத்திலேயே தங்கும் நிலைக்கே சுக உதயம் என்றும், அருள் உதயம் என்றும், ஞானோதயம் என்றும், விநாயக தரிசனம்

அதாவது சுகோதயத்துக்கு விக்னமாய்த் தடையாய் உள்ள மனம் என்னும் விக்கினம் நீங்கிய தரிசனம் என்றும் பலவாகக் கூறுவார்கள்.

வீணாத்தண்டின் வழியே மேலே செல்லும் காற்றானது நிதானமாய் ஒரு வருட காலத்திற்குள் மூளைக்குச் செல்லக் கூடிய தாகையாலே அதுகால பரியந்தம் சரீரம் ஒரு இடத்தில் இருக்க அமர்த்திக்கொண்டு சாதனம் செய்யும்போது மலக் காற்றானது வீணாத் தண்டின் கால் பாகத்திற்கு மேல் சென்று விடுமானால் அதுகாலை சுமார் 3 நாள் அல்லது 30 நாள் பரியந்தம் சரீரம் அசைவற்று நிற்க மனமின்றி நிற்கும். அறிவானது முன்னிலை யற்று ஆனந்தமாய் விளங்கும். ஏனெனில் மன நிகழ்ச்சி இல்லாததால் இதையே நிர்விகற்ப சமாதி என்று சொல்லுவார்கள் அல்லது பேரின்பம் என்று சொல்லுவார்கள்.

இத்தகைய நிலையி லுள்ளோரைப் பரிசோதிக்கின் சரீரத்தில் எங்கும் காற்றானது நிறைந்து சலன மற்றுப் பொருந்தியிருக்கும்; இருதயத் துடிப்பு இலேசாய், நுட்பமாய் இருந்து கொண்டிருக்கும்; சுவாசமும் அப்படியே காணும். அத்தகையார்களைக் கண்ட வைத்தியர்களும் பிரமிக்கும் நிலையில் சரீரம் தோற்றிக் கொண்டிருக்கும்; அப்படித் தோற்றச் செய்வது காற்றே.

பெரிய இன்பம் என்று ஏன் இதைச் சொல்லல் வேண்டும் என்றால் மற்ற இன்பம் இதற்கு ஈடில்லாததால். ஆனால் இதற்கு ஈடான இன்பம் ஆண் பெண்களின் கலவியில் காண்கின்றோம். அவ் வின்ப மானது எப்படி நிகழ்கின்றது என்று கவனிப்பீர்களானால் போக காலத்திலே மூளைக்கு உஷ்ணம் தாக்கி அந்த உஷ்ணத்தால் மூளையின் கண்ணுள்ள சுக்கில சுரோணிதங்கள் வெளிப்பட்டு கீழ் நோக்கும்போது

மூளையை விட்டுக் கிளம்பிய சுக்கில சுரோணிதங்கள் வீணாத் தண்டில் பிரவேசித்து மூலாதாரம் வந்து பீஜத்துக்குச் செல்கின்றபடியால் பீஜத்தில் தங்கியுள்ள விந்தானது வெளிப்பட்டவுடன் அவ்விடத்துக்கு வந்து சேரும். நாதமானது வீணாத் தண்டைப் பரிசித்து அதன் வழியே வருவதால் நாதத்தின் பரிசமானது வீணாத்தண்டில் ஏற்படுவதால் அந்த விநாடி காலம் சரீரத் தோற்றம் நீங்கி ஆனந்தம் அடைகின்றான். அவ் வானந்தமானது விநாடி காலத்திற்கு மேல் நிற்க முடியா தாதலால் அத்தகைய ஆனந்தம் சிறிய ஆனந்தம் சிற்றின்பம் என்று சொல்லப்படும். வீணாத் தண்டை நாதம் பரிசித்தாலும் அல்லது காற்றுப் பரிசித்தாலும் சரீர தோற்றம் நீங்கிச் சுகம் காணும் என்றாலும் ஒப்ப வேண்டியதே.

வீணாத் தண்டின் மேல் ஒரு பலத்த அடி விழுந்தாலும் அல்லது இராஜக் கட்டி கண்டு விஷம் கலந்தாலும் சரீரத் தோற்றமானது நீங்கிச் சுகம் தோன்றினாலும் அச்சுகமானது சரீரத்தை நாசமடையச் செய்து விடுவதால் அதைச் சுகமென்ன லாகாது.

ஆனால் சுக்கில சுரோணிதமானது வீணாத் தண்டைப் பரிசிப்பதால் ஏற்படும் சிற்றின்ப சுகத்தைச் சுகம் என்று சொல்லலாமே என்றால் அது பொருந்தாது. ஏனெனில் சிற்றின்ப சுகமானது சுகம்போலக் காணப் பட்டாலும் மூளையிலுள்ள உயிரை வளர்க்கும் சுக்கில சுரோணிதங்கள் வெளிப்போவதால் நாளடைவில் மரணம் சம்பவிப்பதால் அச் சுகமானது மரண காரணம் என்று சொல்லலாமே யொழியச் சுகமென லாகாது. அன்றியும் அச் சுகமானது விநாடியில் தோன்றி மறைவதால் மற்ற காலங்கள் சுகமின்மையைக் கொடுப்பதால் அது சுகமாகாது. ஆனால் அடிக்கடி போகிப்பதால் சுகம் காணும் என்று சொன்னாலும் அதுவும் பொருந்

தாது. அடிக்கடி போகிப்பதற்கு வேண்டிய சாதனமாகிய சுக்கில சுரோணிதம் கிடைக்க மாட்டாது; அப்படிக் கிடைத்தாலும் ஒரு நாளில் ஒன்று அல்லது இரண்டு விநாடிகளே சுகிக்க முடியும். அவற்றிலும் நலி காலங்களில் சுக்கில சுரோணிதம் குறைவதாலும் சுக்கில சுரோணிதத்தை உடைத்தாயிருக்க யௌவன பருவமாகிய 18 முதல் 50 வயது சரீரத்தோடு இருத்தல் வேண்டியது அவசியமானதாலும் பால வயோதிக பருவங்களில் மேற்படி விநாடி சுகம் கிடைக்க மாட்டா தாகையாலும் தவிர அத்தகைய சுகத்தை யடைய விரும்பிய காலத்துக் கிடைக்கக் கூடியவையா யிராமல் அதற்குச் சாதனமாகிய பெண்ணோ அல்லது பெண்ணுக்கு ஆணோ இருத்தல் வேண்டி யிருப்பதாலே அப்படி இருந்தாலும் இருவரும் அச் சுகத்தை யடைய விரும்பியவர்களாய் இருத்தல் வேண்டி யிருப்பதால் பல காரணங்களால் தன்னிஷ்டம்போல் நினைத்த காலத்தில் சுகத்தை யடைய சாத்திய மில்லாததாலும் அப்படி சாத்தியப்படின் அதன் சுகம் எண்ணிறந்த விநாடி காலங்களில் ஒரு விநாடி காலமே அச் சுகத்தை அடையக் கூடியனவாய் இருப்பதாலும் மேலும் அச் சுகத்தால் சரீர நாசம் உண்டாவதால் இதை எவரும் சுகம் என்று ஒப்ப நியாயமில்லை. ஆகையால் என்றும் அழியாததும் சரீரத்தை நீடித்த காலம் காப்பாற்றக் கூடியதும், சுகத்தை நினைத்த காலத்திலேயே வேறொரு சாமக்கிரியை இல்லாமலே அடையக் கூடியதும் அடைந்த சுகம் நீடித்த காலம் இருக்கக் கூடியதுமான சுக சாதனமாகிய காற்றின் சாதனமே மேலென உணர்ந்து அனுஷ்டித்தல் வேண்டும்.

வீணைத் தண்டில் நுழைந்து செல்லும் மலக் காற்றானது மூளைக்குச் சேர்ந்து மூளையில் அக் காற்று பாவும் வரையில்

உண்டாகும் ஆனந்தத்திற்கு உள்ளக் குளிர்ச்சி யானந்தம் என்றும் சூனிய அனுபவம் என்றும் எங்கும் இருளைத் தவிர வேறு ஒன்றும் தோன்றாத நிலை என்றும் அந்நிலையில் அகண்ட இருளும் அதை உணர்ந்து கொண்டிருக்கும் அறிவும் காணப்படும் என்றும் சொல்லுவார்கள்.

மலக் காற்றானது மூளையை அடைந்து விடுமானால் அதுசமயம் இருள் நீங்கி முன் எப்படி எங்கும் இருளாய்த் தோன்றிற்றோ அதுபோலவே அதற்கு மாறாக பிரகாசம் தோன்றும். இதை அகண்டாகார ஞானம் என்றும், பிரம்மாகார ஞானமென்றும் சோதி வடிவம் என்றும் சொல்லுவார்கள். இவ்விடத்திலும் முன் சொன்னது போலவே பிரகாசமும் அதை விளக்கும் அறிவும் ஆகிய இரண்டும் தோன்றி நிற்கும்.

இத்தகைய நிலையில் இருக்கப்பட்டவர்கள் நினைத்தபடி காயத்தை நீடித்து வைத்துக்கொள்ளக் கூடியவர்க ளாகின்றார்கள். தவிரவும் சாதாரண மனிதனைக் காட்டிலும் முகவசீகர முள்ளவர்களாயும், சாந்த குணஸ்தர்களாயும், மனோபலம் பொருந்தியவர்களாயும், ஆகாய கமனம் முதலான பல அற்புதமான காரியங்களைச் செய்யவும் சொல்லவும் சாத்தியப்பட்டவர்களாக விளங்குவார்கள். எப்படியெனில் சாதாரண மனிதனுடைய செவியானது கேட்கும் சப்தத்தை விட சூட்சுமமாயும், பார்வையும் வெகுதூரத்தி லுள்ளதைப் பார்க்கக் கூடியதாயும் மனமும் அப்படியே நிகழ்கின்றன. இவைகளால் மற்றவர்களில் மேலானவனாகின்றான்.

இதன்படி சிலகாலம் பிரகாசம் ஒன்றும் அதை அறிந்து கொண்டிருக்கும் அறிவு ஒன்றும் காணப்பட்டுக்கொண்டிருந்தாலும் நாளடைவில் அதாவது அதே பயிற்சி நீடிக்க நீடிக்க சாதாரண பிரகாசத்தைப் பார்க்கும் கண்ணானது

மழுங்கிக் கண்ணும் நாளடைவில் பிரகாசமற்று மங்கி விடுகின்றதோ அல்லது அப்ரகாச வடிவாய்க் கண்பூத்து விடுகின்றதோ அதுபோலவே ஒரு அகண்ட பெரும் பிரகாசத்தைப் பார்த்துக் கொண்டிருக்கும் அறிவும் மங்கி விடுவதால் அறிவு மங்கிய இடத்தில் சிலர் அறிவு நாசம் என்று சொல்லுவார்கள். இதையே மோட்சம் என்று சொல்லுவாரும் உளர். இம் மோட்சமானது ஒவ்வொருவரும் பெறுவதற் குரிமையானது என்று சொன்னாலும் பஞ்சபூத சேர்க்கையும் அதற்குக் காரணமாகிய அவாவும் இந்தச் சாதனத்திலும் நாசமடைகின்றது என்றால் வாஸ்தவமே. நாசமடைந்த இடத்தில் மிஞ்சி இருப்பது எதுவோ எதனிடத்தில் நாசமடைந்ததோ அதையே கடவுள் என்று சொல்லுவார்கள்.

மேலாதார சாதனம்

இரண்டாவதாகிய சாதனமாவது நாம் நாசியின் மூலமாய் உள்ளே இழுக்கும் பிராணக் காற்றானது இரண்டு காற்றுக் குழாய்களிலும் சென்று காற்றுக் குழாய்களின் முடிவையடைந்து அங்கு வந்து சேரும் அசுத்த இரத்தத்திலுள்ள அசுத்தத்தை எடுத்துக்கொண்டு கரிமலக் காற்றை வெளிப்படுத்தும்போது அக் காற்றைப் புருவ மத்திய இடமாகிய உச்சிக்குக் கீழும் உள்நாக்குக்கு மேலும் இரண்டு கண்களுக்கும் மத்தியிலும் காதோர மத்தியத்தில் ஒரு வெளி இருக்கப்பட்ட இடத்தில் செலுத்தி அவ்விடத்தில் மனதையும் நிறுத்தி அங்குக் கரிமலக் காற்றை பிரவேசிக்கச் செய்ய வேண்டும். அப்படிச் செய்யுங்கால் அதற்குச் சாதிக்க வேண்டிய சாதனங்கள் கீழ் வருமாறு:—

சாதனம்

நமசிவய என்னும் வாக்கியமானது காற்றை நம் சரீர பாகங்களில் அதாவது இருதயம், குடல்கள், வயிறு முதலான

இடங்களில் போதுமான அளவு சஞ்சரிக்கச் செய்யும் சாத னங்களில் உபயோகிக்கக் கூடியது.

சுழி முனை என்னும் இடமாகிய வெளியில் அதாவது மூளையிலிருந்து ஒரு சக்தியானது ஒரு நாளத்தின் மூலமாய்க் கிளம்பி இரண்டு கண்களுக்கும் மத்தியில் உள்ள ஒரு சிறிய வெளி வரை வந்து முடிவை யடைகின்றது. பிறகு அவ் வெளிக்குப் பக்கத்தி லிருந்து இரண்டு பக்கங்களிலும் ஒவ் வொரு சிறிய குழாய்களாய்த் தோன்றி அக்குழாயின் இரண்டு முனைகளும் நமது இரண்டு கண்களாகிய பாப்பா என்னும் கருத்த இடத்தின் மத்தியில் சிறிய வெளியாய் இருந்துகொண்டு அத்துவார மூலமாய் மூளையானது எல்லா வற்றையும் உணர்கின்றது. அப்படி உணரும் கண்ணின் சிறிய துவாரத்தையே பாவை எனபார்கள். அதைச் சுற்றிக் காணும் கருப்பு மேற் சொல்லிய வழியில் காணும் ஒரு சக்தி யோடுங் கூடிய காற்றே. இத்தகைய சிறிய துவாரம் கண்ணின் மெல்லிய தோலால் அடைபட்டால் பார்வை மங்கியும் சதையால் அடைபட்டால் பார்வை நீங்கியும் போகக் காண்கின்றோம். வெளியில் காணும் கண்ணின் குழாயின் முடிவாகிய மறு முனையை அதாவது வெளியைச் சுழி முனை என்று உணர்தல் வேண்டும்.

அத்தகைய சுழிமுனையின் வெளியில் கருத்தை வைத் துக்கொண்டு சரீர ஆதாரமாய் இருக்கும் காற்றை உள்ளும் வெளியுமாய் நிகழ்த்திக்கொண்டிருக்கும் சுவாச நாடியில் ஓடிக்கொண்டிருக்கும் காற்றை மனதோடு சம்பந்தப்படுத்தி அதாவது (அக்காற்றோடு சம்பந்தப்படும்படியான இலேசான சூட்சும சப்தங்களை உண்டுபண்ணக் கூடிய வாக்கியமாகிய சிவயவசி என்னும் வாக்கியத்தைச் சம்பந்தப்படும்படி நினைத் துப் பழகி) மனத்தைச் சுழிமுனையாகிய வெளியில் நிறுத்

திஞல் கரிமல காற்ருனது மண்டையிலிருந்து சளி வரும் வழியாகிய துவார நரம்பின் வழியாகச் சென்று மூளையை அடைவதால் அவ்விடத்தில் சரீரத் தோற்றம் நீங்கி எங்கும் ஒரே பிரகாசமான சோதி ஒன்றும் அதை அறியும் அறிவு மற்ெருன்றுமாகக் காணும். அங்கு நீண்ட பிரகாசத்தைப் பார்த்துக் கொண்டிருப்பதால் சில காலத்தில் கண்டு கொண்டிருக்கும் அறிவும் தோற்ருது மங்கிவிடும். அது சமயம் சரீரத்திற்கு ஆதாரமான மூளை விருத்தி யடைந்து பரிசுத்தமாகவே எப்பொழுதும் நிகழ்ந்து கொண்டு இருக்கும். அப்படி மூளை சரியான நிலையில் பொருந்துவதால் அதன் மூலத்தை அனுசரித்துள்ள இருதயத் துடிப்பும் காற்றின் போதல் வருதலும் சரியானபடி நடக்கும். அதஞல் நீண்டகாலம் எண்ணிறந்த வருஷங்கள் உயிர்நிலை பெற்றிருக்கும். அஃதன்றியும் மேனியும் சிவந்திடும். விருத்தனும் பாலனுய்த் தோன்றுவான். நிறமும் மாறும். தூர திருஷ்டியும் ஞான திருஷ்டியும் தோன்றும். இதனுல் சகல சித்திகளையும் செய்ய வல்லவனுகின்ருன்.

உடல்சித்தி உண்டான பின் உயிர் முத்திற்குச் சாதனமாய அவா நீக்கத்தைப் பெற முயற்சித்து அவா நீங்கிய எந்த ஒரு நிலையோ அது ஆகின்ருன் அல்லது அடைகின்ருன்.

இங்கு ஓம் நமசிவய என்று சொல்லும் வாக்கியத்திலும் சிவயவசி என்னும் வாக்கியத்திலும் நமசிவய என்னும் வாக்கியத்திலும் நமசிவய என்பதும், ஓம் நமசிவய என்பதும் சுழிமுனையைத் தவிர மற்ற பாகங்களில் காற்றை நிறைக்கச் செய்யும் சரீர சுத்தத்தின் பொருட்டு சொல்ல வேண்டிய வாக்கியம் என்பதும் சுழிமுனையில் பழகும் காற்றைச்

சாதனம் செய்யும்போது சிவயவசி என்றே நினைத்தல் வேண்டும் என்பதும் உணர வேண்டியது.

மூலாதாரத்தில் காற்றைச் சலிக்கவும் சலித்தக் காற்றை வீணைத் தண்டின் உள்ளே தள்ளவுங் கூடியதுமான ஓம் என்னும் வாக்கியம் அவசியம் என்றது போலவே சுழி முனையைப் பாவித்து அங்குக் காற்றைச் செலுத்தி மூளைக் குத் தள்ளுவது ஆகிய காரியத்தை நிகழ்த்த சிவயவசி என் னும் சூட்சம சப்தமான நினைப்பானது என்ன செய்கின்ற தெனின் சிவய என்னும் சப்தமானது கரிமலக் காற்றை மேலே இழுக்கச் செய்கின்றது; மனமும் அவ்விடத்தையே நாடி யிருப்பதால் காற்றுனது சுலபமாய் சுழிமுனைக்குச் செல்கின்றது. அப்படிச் சென்ற காற்றை வசி என்னும் சப்த மானது அங்குள்ள வெளியின் மேல் பாகத்தில் மூளைக்குச் செல்லும் குழாயின் துவாரத்தில் செலுத்தி மூளைக்குப் போய்ச் சேரும்படிச் செய்கின்றது. ஆக இப்பொழுது கூறி வந்த இரண்டு முறைகளிலும் பின் சொன்ன முறையே சுலபமென நினைக்கலாம். இத்தகைய சாதனங்களிலும் காற் றின் சாதனமே சகலத்திற்கும் காரணம் என்று தெரிவதால் காற்றின் சாதனத்தையே முதன்மை யானதென சகலரும் உணர்ந்து அக்காற்றின் சாதனத்தைக் கைக்கொள்ளல் வேண்டும்.

சரீரத்திலுள்ள ஒவ்வொரு பாகங்களிலும் காற்றைப் பரப்புவது அத்தியாவசியம் என்றாலும் முக்கியமாய் இரு தயம் சுவாசக் குழாய் ஆகிய இவைகளில் காற்றை நிறப்புவ தால் சகல பாகங்களுக்கும் இரத்தம் ஓடுவதாலும், இரத் தத்திலுள்ள கரியமலம் நீங்குவதாலும் சரீரம் சுகமடையும். இருதயத்தில் நிறையும் காற்றுனது மூளைக்கும் இலேசாய்ச்

சென்று மூளையையும் பலப்படுத்தி ஆயுளை விருத்தி செய்கின்றது.

இருதயத்தில் சுவாசக் குழாய்களில் காற்றானது போதல் வருதல் ஆகிய தொழிலை நிகழ்த்துவதால் இருதயம் குவிதல் விரிதலடைகின்றது. இதன்படி சாதாரண மனிதனுடைய சரீரத்தில் சுவாசக் காற்றானது நிமிடம் ஒன்றுக்கு 18 முதல் 20 சுவாசம் விடப்படுகின்றது. அப்படி நிமிடம் ஒன்றுக்கு விடும் சுவாசத்தை அப்பியாசத்தினால் குறைத்துக் கொண்டு வரும்போது, இருதயம் குவிதல் விரிதலும் குறைந்துகொண்டே வருகின்றது.

ஆனால் ஒரு வியாதி வந்த புருஷனுக்கு அல்லது பலயீனமுள்ள புருஷனுக்கு இருதயத்துடிப்பு குறைகின்றதே என்று சந்தேகிக்கலாம்.

வியாதி அல்லது பலயீனத்தினால் காணும் இருதயத் துடிப்பின் குறைவு காற்றின் குறைவினால் ஏற்படக் கூடியதாகையால் அக் குறைவானது சரீரத்தினின்று காற்றின் பரிபூரண நீக்கத்தையே உண்டு பண்ணிச் சரீர நாசத்தையே செய்யும். நிறைந்த காற்றையுடைய சரீரத்தில் பழக்கத்தால் காற்றின் போதல் வருதலாகிய காலத்தைக் குறைப்பதால் சரீர பலமும் ஆயுள் பெருக்கும் உண்டாகும். ஆகையினாலே சாதனத்தால் காணும் இருதயக் குவிதல் விரிதலின் குறைவானது நல்லதைச் செய்வதால் அது உயர்ந்ததெனக் கொள்ளல் வேண்டும். நிஷ்பையில் காணும் குவிதல் விரிதல்களினால் உண்டாகும் காற்றைப் பெருக்க வேண்டுமானால் வயிற்றிலுள்ள காற்றை முதலில் வெளிப்படுத்தல் வேண்டும். எப்படியெனில் வயிற்றைச் சுருங்கும்படி எக்கினால் காற்று வெளியேறி விடும். மீண்டும் வயிற்றை உப்பச் செய்தால்

காற்று நிறைந்து விடும். இப்படி நாள் ஒன்றுக்குப் பரிசுத்த மான காற்று உள்ள இடத்தில் இருந்து கொண்டு 4 அல்லது 5 முறை காலேமாலேகளில் பழகிக்கொண்டு வருவோமாகில் குடல்களில் சரியான காற்று சென்று குடல் முதலியவை களைச் சரியான நிலேயில் வைத்துக் கொள்ள முடியும். இத் தகைய சாதனங்களைச் செய்யும் போது வயிற்றில் நிறைய ஆகாரம் கொள்ளலாகாது. எப்போதும் அரை வயிறு ஆகார மும் சலமும் இருக்தல் வேண்டும். மற்ற அரை வயிற்றைக் காற்றினுல் நிரப்ப வேண்டும். இப்படிப் பழகும் காலத்தில் நமது சரீரம் வியர்வை நாற்றத்தினின்று நீங்கி விடும். தவிர மலபந்தம் காணுது மலமும் கட்டியாய் இறுகி ஒரே கம்பி யாய் ஒரே நிமிஷத்தில் ஒரே தடவை குறைந்த அளவாக வெளிவரும். அப்படி வெளிவரும் மலமானது நாற்ற மின்றி இருக்கும். இந்தக் குணங்கள் காற்றின் சேர்க்கையிலுலேயே என்று அறிக.

எந்தக் கெடுதலாகிய வஸ்துவின் பேரிலும் காற்றை நிரப்புவோமாலுைம் அந்தக் கெடுதலான வஸ்துவிலிருக்கும் நாற்றம் முதலான துர்க்குணங்களைக் காற்றுனது எடுத்துக் கொண்டு சென்று விடும். அப்படிக் கெடுதலோடு சென்ற காற்றின்மேல் தாக்கும் சூரிய உஷ்ணமான அக்காற்றிலுள்ள ங்களை நாச மடைட

இதனுல் நாம் என்ன தெரிந்துகொள்ள வேண்டியது என்றுல் காறறுனது அக்கினியால் விகாரத்தையும் நாசத்தை யும் அடையமாட்டாது. எனினும் அக்கினியில் சம்பந்தப் படும். காற்றில் சேர்ந்துள்ள விஷ அவிஷ வஸ்துக்க ளாகிய அணுக்கள் நாசமடைந்து விட்டபின் காற்றுனது தனது யதார்த்தமான பரிசுத்த நிலேயோடேயே சஞ்சரிக் கும். ஆகையால் காற்றை அக்கினி சுத்தம் செய்வதாய்

நினைத்தாலும் சரி அல்லது காற்றை அக்கினி சுத்தம் செய்வதில்லை என்று நினைத்தாலும் சரியே.

இதற்குச் சான்றாக சில உபமானங்களும் கூறலாம்.

பரிசுத்தமான காற்றானது மல சம்பந்தங்களில் சேர்ந்து அவ்வகைகளின் அணுக்களைச் சேர்த்துக்கொண்டு பல பெயரோடு சஞ்சரித்தாலும் அக்காற்றானது சுத்தமுடையது. ஏனெனில் முன்னும் பின்னும் சுத்தமாகவே காண்டலால் இடையில் சேர்க்கையால் அடைந்த வஸ்துவின் கலப்பைக் காட்டும் நாமத்தைக் காற்றானது அடைந்து விளங்கினாலும் அக் காற்று எக்குணமும் வாய்ந்த தன்று. குணாரகிதமானது என்று எப்படிக் கூறுவோமோ அது போலவே அறிவையும் கூறுகின்றார்கள்.

அறிவானது வாசனையின் சம்பந்தத்தால் சீவன் என்றும் வாசனை நீங்கிய காலத்து பிரமம் என்று சொல்லுவதும் பொருத்தமானது எனல் வேண்டும்.

காற்றைப் பூரணமாய் எல்லா அவயவங்களிலும் நிறைந்து வியாபிக்கும்படிச் செய்தல் வேண்டும். நாசியினால் காற்றை இழுத்து இரு சுவாசக் குழாய்களிலும் நிறைத்துச் சற்றுத் தடுத்து விடுவதால் இரத்தமானது சுத்த மடைகின்றது.

1. சுத்தமான இரத்தத்தை இருதயத்திலிருந்து நாடிகளின் வழியே சரீரத்திலுள்ள சகல பாகங்களுக்கும் போய்ச் சேர செய்விக்கின்றது.

2. சரீர பாகங்களை அசைவிக்கின்றது; ஆட்டுவிக்கின்றது; நடப்பிக்கின்றது; செய்விக்கின்றது; பேசுவிக்கின்றது; நினைப்பிவிக்கின்றது; எண்ணுகின்றது; இத்தகைய தொழில்களைக் காற்றானது நிகழ்த்துகின்றது.

3. சரீரத்திற்குப் பலத்தையும் தேகதிடத்தையும், மனோ பலத்தையும், அறிவையும் உண்டாக்குகின்றது.

4. நாசியின் மூலம் உள்ளே செல்லும் காற்றானது இருதயத்தைக் குவிதல் விரிதல்களும், இரத்தத்தைச் சுத்திசெய்தல், சரீரத்தில் பரவச்செய்தல் மூளையைச் சுத்தமாயிருக்கக் காத்தல் ஆகிய காரியங்களை நிகழ்த்துகின்றது.

5. வயிற்றில் காணும் காற்றானது வயிற்றை உப்பச் செய்தலும் சுருங்கச் செய்தலுமாகிய காரியத்தால் நிகழும். காற்றினால் வயிற்றிலும் குடல்களிலும் மலப்பை, நீர்ப்பை முதலானவைகளிடத்திலுள்ள விஷங்களைப் போக்கி அவ்விஷயக்களை மலத்துவார வழியாய் வெளித் தள்ளுவதால் சரீரத்தின் கீழ்ப்பாகங்கள் சுத்தமடைகின்றது. சரீரத்தின் மேல் பாகம் கீழ்ப்பாகம் ஆகிய சகல பாகங்களும் காற்றின் சாதனத்தால் சுத்தமடைகின்றது என எப்படிச் சொல்லுவோமோ அப்படியே சரீரத்தின் வெளிப்பாகங்களும் காற்றின் பரிசத்தால் சுத்தமடைகின்றன. வெளி பாகங்களாகிய உடம்பில் மண் முதலான அழுக்குகளைக் குளிர்ந்த சுத்த நீரினால் சுத்திகரித்துப் பரிசுத்தமான காற்றில் சரீரம் பொருந்தி வாழ்வதால் சுக மடைகின்றோம்; ஆனந்தமடைகின்றோம்.

ஆண்கள் எப்படிக் காற்றைப் பழக வேண்டுமோ அதன்படியே பெண்களும் பழகுதல் வேண்டும்.

ஆனால், பெண்களுக்கு மாத்திரம் மூலாதார தியானம் ஆசனத்தின் பக்க மல்ல. ஏனெனில் பெண்களுக்குப் பீஜமும் லிங்கமும் கருப்பப்பைக்கு மேல் பாகத்தில் இருப்பதால் அவர்களுக்கு வீணாத்தண்டின் வழியே மூளையிலிருந்துவரும் சுரோணிதமானது பீஜத்திற்கு மேல் பாகத்திலேயே வீணாத்

நன்டிஎன மறு மூன முடியு மிடமாகிய வெளியின் மூலமாய் பீஜத்துக்குச் சென்று அப் பீஜத்திலிருந்து லிங்கத்தின் வழி யாக போக காலத்தில் வெளிப்பட்டு வாய் மலர்ந்துள்ள கருப்பப் பையில் செல்லுகின்றது. அப்படிச் செல்லும் சுரோணிதம் அதிகமானால் கருவில் அமைவது பெண் உருவு என்றும் அல்லது சுக்கிலம் அதிகமானால் ஆண் உரு வமையும் என்றும் உணர்தல் வேண்டும்.

இவற்றில் பெண்ணின் கருப்பப்பையி லிருந்து உதி ரம் வெளிப்பட்ட நாளிலிருந்து 16 நாட்கள் வரையிலும் தான் கருப்பப் பையானது மலர்ந்து வாய் திறந்திருக்கும். ஆகையால்தான் புத்திர உற்பத்தி வேண்டும் என்பவர்கள் தமது இச்சையைப் பூர்த்தி செய்துகொண்டு உலகில் ஒரு உயிரையும் அவதரிக்கச் செய்யவேண்டுமானால் மேற் சொன்னபதினாறு நாட்களுக்குள்ளேயே ஆலிங்கனம் செய் தல் வேண்டுமென்றுணர்தல் வேண்டும்.

ஆண் பெண்ணின் ஆலிங்கனம் பெண்ணின் கருப்பப் பையிலிருந்து அசுத்த இரத்தமானது வெளிப்பட்டுக்கொண் டிருக்கும் காலங்களில் கூடாது. அப்படித் தவறிப் போகிப் பவர்களுக்குச் சில சமயங்களில் விஷமானது தலைக் கேறி ஜன்னி கண்டு மரணமடைய நேரினும் நேரும். ஆகையால் பெண்ணின் உதிரப் பையினின்று காணும் அசுத்த இரத்த மானது கண்ட நாளி லிருந்து 4 அல்லது 5 நாள் வரையில் வெளிப்படு மாகையால் அந்நாட்களில் பெண்களைத் தனித்தே வைத்தல் நலம். தவிரவும் அவர்பா லிருந்து வெளிவரும் அசுத்த இரத்தமானது விஷத்தோடுங் கூடிய தாகையாலே ஒரு கெட்ட நாற்றத்தை உண்டு பண்ணும். அந்த நாற்றம் காற்றில் கலந்து அதினின்று வியாபிக்கும் விஷக் கிருமிகளைச் சுவாசிக்கும் பெரியவர்களையும், குழந்தைகளையும் உஷ்ண

சம்பந்தமான பல வியாதிகளாகித் துன்பங்களை அடையச் செய்யும். இக் காரணங்களால் அக்காலங்களில் மாதர் தனியாக யிருப்பதே நல்லது. அல்லது நிமிடந் தோறும் சுத்தம் செய்து கொண்டு தனித்துக் காரியங்களை இலேசான வழியில் நடத்திக் கொள்ளலாம். ஆனால் அத்தகைய காலத்தில் அவர்களால் உட்கொள்ளக் கூடிய ஆகாரமுதலான வஸ்துக்களைப் பாகம் செய்யவோ படைக்கவோ அல்லது பரிசிக்கவோ விடல் ஆகாது. ஏனெனில் விஷக் கிருமிகள் அவரைப் பரிசித்து வெளிப்படும் காற்றுடன் கலந்து ஆகாரத்தில் பிரவேசித்து அதை உட்கொள்பவர்களை வியாதியில் கஷ்டப் படும்படிச் செய்யு மாகையால் ஆகாராதி பாக பரிச பரிமாறலாகிய காரியங்களை நிவர்த்திக்க வேண்டும்.

இவற்றால் புணர்ச்சி பெண்ணின் ருதுகாலத்திலிருந்து 5 நாள் வரை தள்ளத் தக்கது என்று உணரல் வேண்டும். பிறகு 6-ஆம் நாளிலிருந்து 16-ஆம் நாள் வரையில் ஆலிங்கனத்துக்குரிய நாட்களென்றும் அந்நாட்களில்தான் கருத்தரிக்கக் கூடிய வசதிகள் உண்டென்றும் மற்றைய நாட்களில் செய்யும் போகத்தால் வீணில் சுக்கில சுரோணிதங்கள் செல்லுகின்றன என்றும் அவற்றிலும் ருது காலத்திலிருந்து 6-ஆம் நாளுக்குமேல் 16 நாட்கள் வரையிலும் போகிக்கும் போக காலங்களில் ஆணின் சுக்கிலம் என்றும் ஒரே படித்தாயும் பெண்ணின் சுரோணிதம் இரட்டித்த நாட்களில் குறைந்தும் ஒற்றை நாட்களில் அதிகரித்தும் வெளிப்படுமாகையால் இரட்டித்த நாட்களில் போகிப்பதால் ஆண் மகவும் ஒற்றையான நாட்களில் போகிப்பதனால் பெண் மகவும் தரிக்கும் என்றும், தெரிந்து கொள்ளல் வேண்டும். அதாவது பெண் குழந்தையைப் பெற விரும்பும் சதிபதிகள் பெண்ணின் ருது காலத்தி லிருந்து 7, 9, 11, 13, 15 ஆகிய நாட்களில்

சேருதல் வேண்டும். ஆண் குழந்தையைப் பெற விரும்பும் தம்பதிகள் ருது காலத்தி லிருந்து 6, 8, 10, 12, 14, 16 ஆகிய நாட்களிலே சுகித்தல் வேண்டும். இதனால் அவர்கள் கோரியபடி மகவைப் பெற இயலுமாறுனும் சிலர் சுக்கிலத்திலோ அல்லது சுரோணிதத்திலோ ஏற்படும் சில விஷக் கிருமிகள் கருத்தரிக்க வொட்டாதபடி தடுப்பினும் தடுக்கும். அத்தகையோர் உபவாசம் முதலான காரியங்களால் அக்கிருமிகளை நாச மடையச் செய்யின் அத்தோஷம் நீங்கிக் கரு தரிக்கும்.

வேறு சிலர்க்குப் பெண்ணின் கருப்பப்பையில் காணும் சதை அடைப்பு, சதை புரளல், வீக்கம், விஷக்கிருமி ஆகிய இவற்றாலும் கருப்போற்பத்தி இல்லாமல் போவதும் காண லாம். (சிலர்க்கு கர்ப்பவாய் சிறியதாய் இருக்கும்)

பெண்களுக்குச் சுரோணிதம் தங்கும் பீஜத்துக்கும் முதுகின் மத்தியில் காணும் வீணாதண்டின் முடிவிற்கும் மத்திய பாகத்தில் ஒரு வெளி யுண்டு. அவ் வெளியாகிய இடம் பெண்களின் மூலாதாரம் என்றுணர்தல் வேண்டும்.

அவ்விடமானது நாபிக்குக் கீழ் இரண்டு விரற்கடை தள்ளிய இடம் என்று பாவித்து அவ்விடத்தில் மனத்தை நிறுத்தி ஓம் என்னும் மந்திரத்தை நினைத்துப் பழகல் வேண் டும். அப்படிப் பழகுவதால் மேற்சொல்லிய புருஷர்களின் சாதனத்தால் என்ன சாத்தியங்கள் உண்டோ அவை யனைத்தும் பெண்களுக்கும் உண்டு என்றுணர்ந்து பெண் களும் பழகல் வேண்டும். மற்றச் சாதனங்கள் யாவும் பெண் களுக்கும் புருஷர்களுக்கும் வித்தியாசம் இல்லாததால் புருஷர்களுக்குச் சொல்லிய சகலமும் பெண்களுக்கும் உரியன என்று உணர்க. புருஷர்கள் எப்படி நீடித்து உயிர்

வாழ முடியுமோ அதுபோலவே பெண்களும் நீடித்த காலம் சித்தி வாய்ந்தவர்களாய் உயிர் வாழ முடியும்.

ஆண் பெண்ணுகிய இரு பாலார்களும் காற்றின் சாதனத்தைச் செய்வதால் திட சரீரத்தோடு தாங்கள் விளங்குவதும் திட சரீரிகளைத் தோற்றுவிக்கவும், மனோ பலத்துடன் பல காரியங்களை உலகில் செய்விக்கவும் ஆவார்கள்.

மனோ சாதனம்

காற்றின் சாதனத்தைச் செய்த பிறகு மனோ சாதனத்தைச் செய்யல் வேண்டும்.

நாம் நம்மிடத்தில் காணும் பல எண்ணங்களுக்கும் இடந் தராமலும் அதற்கு ஏதுவான காரியங்களில் மனம் பிரவேசிக்க வொட்டாமலும் காத்து வருவோமானல் மனோ பலம் அதிகரிக்கும். அப்படி அதிகரிக்கும் மனோ பலத்தினுல் சகலமும் சாத்தியமாம்.

மனமானது எதனிடத்தில் எந்த விஷயத்தில் பூரண விருத்தியை அடைகிறது அல்லது நிலைத்து விடுகின்றதோ அந்த விஷயத்தை மனமானது எப்படியும் அடையும் எத்தகைய கஷ்ட சாத்தியமும் மனோ பலத்தால் சாத்தியமாம்.

நமக்கு நீடித்த பலமுள்ள எண்ணங்களே பிறவிக்கும், சுக துக்கத்துக்குக் காரணம். மனத்தின சாதனம் சரீர காலத்திலும் சரீரம் அற்றக் காலங்களிலும் வேண்டிய சுகத்தை அடையவேண்டிய கருத்துடைய நாமனைவரும் மனத்தைச் சாதனத்தால் பழக்கி நல்லதைச் சாதிக்க முற்படல் வேண்டும். அத்தகைய சாதனங்களில் செய்ய வேண்டிய விதிகள் கீழே குறிக்கப்படும்:—

மானிட சரீரத்தில் எத்தகைய சுக சாதனத்தைத் தேடிக் கொண்டாலும் விசாரிக்கில் அச்சுக சாதனங்களும் சுகமும்

சொற்ப காலத்தில் மாறுபடக் கூடியனவைகளாக இருத்த லால் அத்தகைய மாறுபாடில்லாத சுகத்தை அடையவேண் டும் என்னும் எண்ணமுடைய ஒவ்வொருவரும் முதலில் மாறுபாடுள்ள சுகமானது எந்தக் காரணத்தினால் மாறுபா டடைகின்றது என விசாரிக்கில் மனமும் அதற்காதாரமாகிய சரீரங்களும் வைத்துக்கொண்டு நாம் சுகத்தை நாடுவதால் அச்சுகமானது மனத்தைப் போல மாறுபாடுடையதாகவே முடிகின்றது.

ஆகையால் இப்போது மனத்திற்கும் சரீரத்திற்கும் ஆதாரமாய் உள்ளது எண்ணங்கள்தாம் என்றும் அவ்வெண் ணங்களால்தாம் நமக்குச் சரீரம் வருகின்றது என்றும் உணர்ந்தவர்கள் எல்லாம் வல்ல கடவுளாகிய பரிபூரணத்தி னிடத்தில் தன்னிடம் நிகழ்ந்து கொண்டிருக்கும் எண்ணங் கள் நிகழாதபடி தடுத்துக்கொள்ளச் செய்ய வேண்டிய சாதனங்களில் அத்தகைய கடவுளை மனத்தில் நினைத்து உள் நிலையை யானும் பெறவேண்டும் என்ற ஒரே எண்ணத்தை முதலில் வகிக்க வேண்டும். அத்தகைய எண்ணமானது நிலை பெற்ற காலத்து அவ் வெண்ணங்களையும் நீக்கி, எண்ணமற்ற நிலையில் பழகல் வேண்டும். இத்தகைய பழகலாகிய விதி களிலே பல நிலையில் கடவுளை அமைத்து அந்நிலையில் மனத்தை நிறுத்தி, ஒரு நிலையில் மனத்தைத் திருத்தி, அவ் வொரு நிலையையும் விடலாகிய விதிகள் பலவற்றுள் மேற் சொன்ன நிலையே மேலென உணர்ந்து அதன் வழி நடத்தல் வேண்டும். அந் நிலையை விரும்பாதவர்கள் சரீரத்தோடுங் கூடிய சுகமே வேண்டுமெனக் கோரும் பட்சத்தில் அத்தகை யோர் தமக்கு எந்த நிலை வேண்டுமோ, எந்தச் சுகம் வேண்டுமோ, எந்தப் பலம் வேண்டுமோ அதையே மனத்தில் நினைத்துக்கொண்டு வேறு எந்த எண்ணங்களும் மனத்தில்

வந்து இடையில் தாக்காதபடி ஒரே எண்ணத்தை வகிக்கச் சாதித்தல் வேண்டும். அப்படிச் சாதிக்கும் சாதனத்தால் எந்த எண்ணமானது நிலைக்கின்றதோ அந்த எண்ணத்தின் படியே பலன் அடையலாம்.

எப்படியெனில் தன்னுடைய சரீரம் நீடித்திருக்க வேண்டும் என்ற எண்ணமுடைய ஒருவன் நீண்ட காலம் அவ்வொறே எண்ணத்தோடு காலங் கழிப்பனேல் அப்படியே அவன் சரீரம் நீடித்திருக்கும்.

நான் சக்கரவர்த்தியாய் ஆக வேண்டும் என்ற எண்ண முடைய ஒருவர் சர்வ பரிபூரணத்தினிடத்தில் மனத்தை வைத்து நான் சக்கரவர்த்தி யாகவேண்டும் என்ற ஒரே எண்ணத்தை நாளடைவில் எண்ணி எண்ணிப் (அதாவது முதலில் 100 தரம் நினைத்தல் பிறகு 1000 தரம் அதன் பிறகு 10000 தரம். அதன் பிறகு 100000 தரம் அதன் பிறகு சதாகாலம்) பழகி வருவானானால் அதன்படி அந்தச் சரீரத் திலேயோ அல்லது மறு சரீரத்திலேயோ அடைவான்.

எனக்கு அழகிய சரீரம் வேண்டும் என்றாலும, அல்லது அழகிய பெண்ணோ பெண்ணுக்கு ஆணோ வேண்டும் என்றா லும், அன்றிப் பொன் வேண்டும் என்றாலும் அல்லது தன் னிஷ்டத்துக்குத் தகுந்த ஏதோ ஒரு எண்ணத்தை மனத்தில் வகித்துக்கொண்டு மேல் சொன்னது போல் பழகும் பட்சத் தில் எண்ணத்தின் பலனை அடைய முடியுமாதலால் அத் தகைய ஏதோ ஒரு எண்ணத்தை நாளடைவில் பழகல் வேண்டும். அப்படிப் பழகும் பழக்கத்தை அதிகாலையிலே காற்றின் சாதனத்திற்குப் பின்னால் ஆரம்பித்தல் வேண்டும்.

இப்பழக்கம் சகலருக்கும் அவசியமானாலும் அவரவர் களின் மனோ போக்கின் வித்தியாசப்படி பழகினாலும்

நாளடைவில் சகல துக்கத்திற்கும் காரணமாகிய பிறப்பு இறப்பு ஆகிய காரியங்களைத் தடுத்தலாகிய சாதனமே மேலானதென உணர்ந்து முதலில் சொல்லிய சாதனத்தையே ஒவ்வொருவரும் அநுஷ்டிக்கக் கடமைப்பட்டவர்களென்று விசாரித்து அதன்படி சாதனத்தால் மனோ நாசத்தையும் மனோ நாசத்தால் உயிர்ப்போத நாசமும் உயிர்ப்போத நாசத்தால் பிறப்பு இறப்பு நாசமும் அடையவேண்டுமெனத் தெரிதல் வேண்டும்.

மனப்பழக்கமானது சகல பழக்கத்தினும் மேலென எவர் உணர்ந்து அதைக் கைக்கொள்கின்றார்களோ அவர்கள் பல வகைகளிலும் மேன்மை யடைவார்கள்.

தீச்சாதனம் சூரியனின் உண்மை

மனத்தின் சாதனத்தைப் பழகிய பின்னர் சூரியோதயமான உடன் சூரியனுக்கு எதிராக உயர்ந்த இடம் அல்லது பரிசுத்தமான வெளியில் நின்றுகொண்டு, தன்னுடைய விழியைச் சூரிய வெப்பம் தாக்குமாறு நோக்குதல் வேண்டும். அவ்வாறு பார்க்குங்கால் மனத்தைக் கண்ணினிடம் வைத்து "என்னுடைய கண்ணிலே நிகழும் சகல தோஷங்களையும் கண் துவார மூலமாகச் சுழிமுனை, மூளை முதலான இடங்களில் ஏற்படும் தீய விஷங்களையும், அசுத்தங்களையும் நீக்கி அருள் புரிய வேண்டும் என்று நினைத்துச் சூரியனை வணங்க வேண்டும். இந்தச் சூரிய தரிசனமானது காலை மாலைகளில் மாத்திரந்தான் உரியது. மற்றைய காலங்களில் சூரிய வெப்பத்தைக் கண் தாங்க இயலாத காரணத்தாலும், கண்ணும், கண்ணின் துவார நரம்பும், மூளை முதலான பாகங்களும் அதிக நுட்பமானவை யாதலின், மிதம் மிஞ்சிய உஷ்ணத்

தைத் தாங்க இயலாது. அவ்வாறு அதிக உஷ்ணத்தைத் தா நேரின் அதனால் நேர்வது தீமையே.

சூரிய தரிசனத்திற்குப் பின் சரீரத்தின் முன் பாகங் களை, அதாவது முகம், மார்பு, வயிறு, கால்கள் முதலிய உறுப்புக்கள் சூரிய உஷ்ணம் படும் நிலையில் நின்று கொண்டு கிரமமாய் மனத்தை முகத்தினிடம் செலுத்தி முகத்திலுள்ள மயிர்க்கால் துவாரங்களின் மூலம் காணும் விஷக் கிருமிகளை நாசமடையச் செய்து முகத்தை வசீகரத்துடன் என்றும் நின்றிருக்குமாறு செய்தல் வேண்டு மென்றும், முறையே மார்பு, வயிறு, கால்கள் முதலிய ஒவ்வொரு உறுப்புக்களி லுள்ள கெட்ட கிருமிகளை நீக்க வேண்டுமென்றும் கோரி நமஸ்கரிக்க வேண்டும்.

இருகரங்களையும் மேலே தூக்கிக் கூப்பி இரண்டு கக்கங் களிலும் சூரிய வெப்பம் தாக்கும் நிலையில் அமர்த்தி உள்ளத்தை மேற்படி இடத்தில் வைத்து அக்குள் துவாரங் களி லுண்டாகும் விஷம் முதலியவற்றை நிவர்த்தித்தல் வேண்டுமென வணங்க வேண்டும்.

பிறகு சரீரத்தைக் கீழே வீழ்த்தி உடலின் பின் புறம் முழுதும் சூரிய உஷ்ணம் படுமாறு செய்து, மனத்தையும் சரீரத்தின் பின்புறம் செலுத்திச் சரீரத்தின் பின் பாகத்தி லுள்ள சகல கொடிய கிருமிகளையும் கொன்று சுகத்தை யளிக்குமாறு நினைத்தல் வேண்டும்.

இடையிலுள்ள உடையைக் களைந்து அரை முதலான சகல பாகங்களும் சூரிய உஷ்ணத்தில் படும்படி இருந்து கொண்டு மனத்தையும் அந்நிலையிலே நிறுத்தி அங்குக்காணும் விஷக் கிருமிகள் நாசமடைந்து தனக்கு நலனுண்டாக வேண்டுமெனப் பிரார்த்திக்க வேண்டும்.

இவ்வாறு ஒவ்வொரு பாகத்திலும் மனத்தைச் செலுத்தி நமஸ்கரிக்கும் பொழுது இரண்டு நிமிஷங்களுக்குக் குறைவுபடாமலும் பத்து நிமிஷங்களுக்கு மேற்படாமலும் ஒவ்வொரு பாகத்திலும் சூரிய உஷ்ணம் படுமாறு செய்வதனுல் நமது சரீரத்தில் காணும் விஷக்கிருமிகள் நாசமடைந்து நம் தேகம் சுகமுறுகின்றதன்றி மனம் உற்சாகத்துடன் உயிர் வாழ்வதற்கே சாதகமாக இருக்கிறது. இதனுல்தான் சூரிய நமஸ்காரம் செய்யப்படுகின்றது. சூரிய உஷ்ணம் கிடைக்காத காலத்தில் அக்கினியை மூட்டி அதனிடத்தும் மேற்கண்டவாறு செய்ய சூரியனுலடையும் பயனையே பெறலாம்.

கடவுள் வணக்கம்

ஊர்வன, பறப்பன, நடப்பன முதலிய உயிர்களுக்கும், புல், பூண்டு முதலிய உயிர்களுக்கும் பஞ்ச பூதங்களுக்கும் ஆதாரமாய் எந்த ஒரு பொருள் இயங்குகின்றதோ, எந்த வஸ்துவினுல் இவையனைத்தும் நிலை பெற்றிருக்கின்றனவோ, எந்த வஸ்துவின் சக்தியால் சூரிய சந்திர நட்சத்திர மேகங்கள் சஞ்சரிக்கின்றனவோ, அந்த வஸ்துவையே மனத்தினிடத்துக் கருதி அத்தகைய சர்வ சக்தியுள்ள ஒன்றைப் பரிசுத்த மனத்துடன் வட திசையை நோக்கிச் சிரம், கழுத்து, முதுகு முதலியவை நேரே அமைய ஆசனத்திலமர்ந்து மனத்தின்கண் நிகழும் பல எண்ணங்களையுந் தடுத்து ஒரு எண்ணத்தில் நிலைக்கப் பழக வேண்டும்.

தனக்குள்ள இஷ்டத்தைப் பூர்த்தி செய்ய வேண்டித் தன் மனத்தை ஒருமைப்படுத்தினுல் ஒருமைப்பட்ட அம் மனத்தில் நிகழும் எண்ணங்கள் மனோ பலத்தின் தன்மையால் அடையப்படுகின்றன என்று தெரிந்திருந்தாலும் மேற்

சொல்லிய நிலையில் கடவுளை வணங்குவதென்பது எண்ணத்தாலும் மனோ பலத்தாலும் எய்தக் கூடிய பலனைக் கருதாது எண்ணம் முதலிய சகல காரியங்களும் நிகழாதவாறும், சுக துக்கங்களுக்குக் காரணமாகிய சரீரம் முதல் உலகம் ஈறாக உள்ளவை தோன்றாதவாறும் நிகழும் நிலையை அடைவதற்கு மேற்கூறியபடி தியானித்தல் வேண்டும்.

எல்லாம் வல்ல இறைவனை நினைக்கும் போது வட திசையை நோக்கி ஏன் வழிபட வேண்டுமென்றால் உலோகங்களி லெல்லாம் பளுவுள்ள உலோகமானது இரும்பு என்றும், இரும்பினும் பொன் வலிமை யுடையதென்றும், அவற்றினும் காந்தம் பலமானதென்றும், அத்தகைய காந்தம் இந்தியாவிற்கு வடபாகத்தி லிருப்பதால் இந்தியாவிலுள்ள மக்கள் கடவுளை வணங்குங்கால் காந்த சக்தி மிகுந்துள்ள வடதிசையை நோக்கித் தன் சரீரத்திலுள்ள காந்த சக்தியை வெளிப்படுத்தவிடாமல் காந்தத்தில் இயற்கை நிலையில் பொருந்துவதற்காக வடதிசை நோக்கி ஆசனத்தி லிருக்க வேண்டும். இதற்கு மாறாக விருப்போமானால் மனத்தைக் காந்த சக்தியானது அலையச் செய்யும். எவ்வாறென்றால் ஒரு காந்தசக்தி முனை அமைந்துள்ள முள் அல்லது கம்பியை எந்தப் பாகத்தில் நாம் பொருந்தும்படி வைத்தாலும் காந்த சக்தியுள்ள முனையானது வடதிசையே திரும்பிக் கொள்ளும் என்பது அறிந்த உண்மை. இன்னும் நீண்டதோர் குழாய் வடிவான கம்பியை ஆகாயமளாவ நிறுத்தி, ஆகாயப் பக்கமுள்ள குழாயின் முனையில் காந்தசக்தியைக் கொளுத்துவோமானால், அந்தக் கம்பியின் வழியாக உண்டாக்கப் பட்ட சப்தம் முதலிய காரியங்களை எண்ணிறந்த ஆயிரம் மைல்களுக்கப்பால் பொருத்தியுள்ள பல கம்பிகளின் முனையில் வைக்கப்பட்டிருக்கும் காந்த சக்தியானது எப்படிக் கிர

கித்துக் கொள்கிறதோ அந்தச் சக்தியானது அங்கு எவ்வாறு அமைந்திருக்கிறதோ அதுபோலவே நம்மிடமுள்ள காந்த சக்திக்கும் வடபாகத்திலுள்ள காந்த மலைக்கும் சம்பந்த முண்டென்று உணரவேண்டும். இக்கருத்தைக் கொண்டே வடதிசை நோக்கி இந்தியாவிலுள்ளவர்கள் மனோ சம்பந்தமான தியானம் முதலிய காரியங்களை நிகழ்த்தல் வேண்டுமென்பதை உணர வேண்டும்.

அறிவு விளக்கம்

ஆரியர்கள் முதன் முதலில் அரசர்களின் உருவங்களையும் ஆச்சாரிகளின் உருவங்களையும் அமைத்து வழிபடு கடவுளாக வணங்கி வந்தார்கள்.

அரசரைக் கடவுளாக வணங்கிய கதைகளைப் பார்க்கில் தசரதச் சக்கரவர்த்தி எம்பெருமான், இராம பிரான், கிருஷ்ணன், தருமராஜா, ஜனக மகாராஜா, பரீக்ஷித்து முதலான பல அரசர்களையும் கடவுளராக வணங்கினார்கள். அவ்வணக்க உருவங்கள் நாளடைவில் இராமன், கிருஷ்ணன், நாராயணன் ஆகிய உருவங்களில் அடங்கிவிட்டன.

ஆச்சாரியர் வழிபாட்டில் சையோன் என்னும் இருக்கு வேத கர்த்தாவாகிய சாயனாச்சாரி, மயோன் என்னும் யசுர் வேத கர்த்தாவாகிய மாயனாச்சாரி, வசிட்டர் பாராசர், வேதங்களைப் படித்து அதன் முக்கிய அம்சங்களைப் பிரம்ம சூத்திரமாகத் திரட்டிய வியாசர், சுகர், கௌடபாதர், கோவிந்த பாதர், சங்கரர், பத்ம பாதர், அஸ்தாமலகர், தோடகர், வித்யாரண்ணியர், இராமானுஜர், மாத்துவர், பர்த்ரஹரி, திருமங்கை யாழ்வார், நம்பியாண்டார் நம்பி, வரதராஜன், அப்பர், சுந்தரர், மாணிக்கவாசகர், திருஞான சம்பந்தர், நந்தனார் முதலானவர்களின் உருவங்கள் வழிபடு கடவுள்

களாக அமைந்தன. அதற்குத் தகுந்த புராணக் கதைகளும் எண்ணிறந்த ஆலயங்களும் பெருகி விட்டன.

இத்தகைய நானுவித உருவ வழிபாடுகளும் சயோன் மயோனுல் உண்டாக்கப்பட்ட இருக்கு யசுர் வேதத்தையே பிரமாணமாகக் காட்டுகின்றன.

சயோன் மயோன் என்ற இருவரும் சைன தேசத்தில் பிறந்த சகோதரர்கள். உலக உண்மையை உணர ஏகாந்தத் தவமாகித் திபெத் மலையைச் சார்ந்து புத்த பகவானைப்போல் உண்மையை ஆராய முற்பட்டார்கள். கடைசியாக அவர்கள் ஆராய்ந்தறிந்து தங்கள் அறிவுக் கெட்டியதை அவர்களை அணுகி வந்த ஆண் சந்ததிகளுக்குச் சொல்லி வந்தார்கள். அக்காலத்தில் மங்கோலியரும், பெர்ஷியரும், பெங்காளி யரும் அவர்களை அணுகியவர்கள். (இது சற்றேறக் குறைய 30,000 வருட மிருக்கலாம் என்று சைன சரித்திரங்களால் நிர்ணயிக்க வேண்டி யிருக்கின்றது.)

சாயனுச்சாரியரின் சீட பரம்பரைகள் இருக்கு வேத பாடிகளாக இன்றளவும் தனிப்பட்டுப் பெருகி வந்திருக்கின் றனர்.

மாயனுச்சாரியரின் சீட பரம்பரைகள் யசுர்வேத பாடி களாக வழங்கி வருகின்றனர்.

இவ்விரு பரம்பரையும் வெவ்வேறு வழிபாட்டை யுடையனவாய் இருந்தாலும் முடிவு கூறியதில் சாயனுச்சாரி பிரஞ்ஞானம் பிரம்மம் என்று கூறி முடித்தார். (நம்மிடம் தோன்றப்பட்ட ஞானத்தால் உலகம் தோன்றுவதாகக் காணப்படுகின்றது; ஞானத்தை யன்றி உலகம் தோற்ருது; ஆகையால் உலக முதல் சகலத்தையும் தோற்றுவிக்கும் ஞானம் ஒன்றே நித்தியமானது; அத்தகைய நித்தியமான

ஞானம் எதுவோ அதுவே நமது நிஜவடிவம்; அதுவே ஆன்மா என்று சொன்னார்.

மாயனுச்சாரி, அகம்பிரமாஸ்மி எனக் கூறி முடித்தார். (நானும் பிரமமும் ஒன்றாகுதல், ஜீவனும் ஈசனும் ஒன்றாக இருத்தல் என்று கூறினார்.)

இவ்விரண்டு வாக்கியங்களுக்குப் பலரால் பெருவாரி யான வியாக்கியானங்கள் செய்யப் பட்டிருக்கின்றன.

வியாசர் காலத்தில் தம் இவ்விரு பெரியாரின் கருத்துக் களை ஒரு நூலில் அமைத்துப் பிரம்ம சூத்திரம் என ஒரு நூலைச் செயதார்.

பிரம்ம சூத்திரத்தைப் படித்து அர்த்தம் எழுதியவர் கள் தங்கள் கல்விக்கேற்றவாறு மதசித்தாந்தப்படுத்தித் தங்கள் அறிவில் உண்மை என்று கருதினதைச் சித்தாந்தங் களாகச் செய்தார்கள். இவற்றுள் எத்தனையோ கோடி சித்தாந்தங்கள் தோன்றின. அவற்றுள் மூன்று சித்தாந் தமே தலை சிறந்து விளங்கி வருகின்றது. அவையாவை யெனில் அத்துவிதம், விசிட்டாத்துவிதம், துவிதம் எனப் படுவன. அவைகளை ஆக்கியோர் சங்கரர், இராமானுஜர், மாத்துவர் என்னும் சிறந்த மூன்று அறிவாளிகள். (இம் மூவரும் தமிழ் நாட்டவர்களே.)

வடநாட்டில் ராம கிருஷ்ணாதி அவதாரங்களுக்கு முன் ஆலயம் இருந்ததாகத் தெரியவில்லை. தென் நாட்டிலும் திருஞான சம்பந்தர் காலத்துக்கு முன் ஆலயம் இருந்த தாய்க் காணப்பட வில்லை.

வேதத்திற்கு உடன்பட்டவர்கள் புருடர்களாகவே சிஷ்ய பிரசிஷ்ய பாரம்பரியமாயும் ஒருவருக்கொருவர் உப

தேசம் மூலம் சொல்லி வந்தார்கள். இக்காரணம் பற்றியே பெண்களுக்கு ஞானமில்லை என்றும், எப்போதும் பிரம்ம குலத்தவராகிய ஆண் மக்களுக்குச் செய்யும் ஊழிய கைங்கரியமே அவர்களுக்குமேல் கதியை உண்டு பண்ணும் என்றும் பெண் ஜென்ம கேவலத் தன்மையின் நீதிகளைப் பரப்பி வந்தார்கள்.

வேதத்தை உணர்ந்த வகுப்பார்கள் மேல் நிலையிலுள்ளவர்கள், என்றும் அதற்கு அடுத்தவர் அரசர் என்றும் அதற்குக் கீழ்ப்பட்டவர் வைசியர் என்றும், இவர்கள் அனைவருக்கும் வேலை செய்து கொண்டிருப்பவர் சூத்திரர் என்றும் வடநாட்டில் வகுத்துக் கொண்டார்கள். முதலில் அறிவுள்ளவனுளும் ஆச்சாரியினிடம் சேவைசெய்து அநேக நாள் சென்ற பின் வேதம் சொல்லிக்கொண்ட பின் வேத மந்திர அனுஷ்டானம் தெரிந்த பின் பிரம்ம குலத்தவனாக எடுத்துக் கொண்டார்கள். இம்முறையால் அநேக ஆச்சாரிகள் தங்களுக்குத் தெரிந்ததை ஒருவருக்கும் வெளியிடாமல் தகுந்த சீடன் உலகிலில்லை எனக் கூறி மாண்டு மடிந்தார்கள். அக்காலத்தில் சீடர்கள் வேத மந்திரம் கூறும் ஆச்சாரியர்களைப் புகழ்ந்து கொண்டாடினார்கள். என்றாலும் அத்தகைய ஆச்சாரியர்களாலும் வம்சம் பெருகாததால் நாளடைவில் மேல் குலத்தவனுக்கு உண்டாகும் சந்ததியார்களைப் பிரம்ம வகுப்பிலேயே சேர்த்துக் கொண்டார்கள். இதன்படி நான்கு வகுப்பும் வட நாட்டில் ஒழுகி வந்தன.

இவ் வகுப்பார்கள் தென் திசையை நோக்கி வந்த காலத்தில் தென்னாட்டில் எவ்வித ஜாதி பேதமும் காணப்படவில்லை யாயினும் ஆரியர்கள் சேர்க்கையாலும், அவர்களின் தந்திரங்களாலும், அவர்களின் செல்வாக்காலும் தென்னாட்டவர்களும் அவர்கள் விதியை மேலெனக்கொண்டு

தெலுங்கு பாஷையில் பிறந்தும் தெலுங்கனாக இருந்தும் நான் தெலுங்கு ஆரியன், தமிழ்ப் பாஷையில் பிறந்து வளர்ந்தும் தமிழப் பிராமணன், நான் மலையாள பிராமணன் என்ற பட்டங்களைச் சிரமேற்கொண்டு தென் நாட்டிலும் நான்கு வகுப்பை உண்டு பண்ணினார்கள். அத்தகைய வகுப்பில் சேராதவர்களைக் கேவலமானவர்களாய், மிருகங்களுக்குச்சமானமாய் நினைத்து நீக்கினார்கள். அப்படி நீக்கிய மக்களுக்கு ஒரு விதியையும் கூறாது விடுத்தார்கள்.

முதலில் ஆரியர் கடவுள் வழிபாட்டின் உண்மைகளைக் கூறிப் பின் தமிழர்களின் வழிபாடும் இரண்டும் ஒன்று பட்டவகையும் கூறுவோம்.

ஆரியர் கடவுள் வழிபாடு

கடவுள் வழிபாட்டில் வேதத்தை உடன் பட்டவர்களில் ஒரு சாரார் அறிவே என்றும் உள்ளது, அவ்வறிவினிடம் தோன்றும் அவாவே ஜென்மத்துக்குக் காரணம், அறிவினிடத்தில் அவாத் தோன்றாதபடி விசாரத்தால் ஏற்படுத்திக் கொள்வதே மோட்சம் என்று கூறினார்கள். நானே பிரமம்; எனக்கு அயலாய் ஒன்றில்லை என நினைத்தலே சாதனம் எனக் காலம் கழித்துக் சரீரம் நீக்கினார்கள் ஒரு சாரார்.

அவற்றிலும் வேறொரு சாரார் சரீரமும் அறிவும் வேறாகக் காணும்படிச் செய்துகொண்டு சரீரத்திற்கு வேறாகவே பிரிந்திருந்து காலத்தைத் தள்ளி உயிர் நீத்தலே மோட்சம் எனக் கூறி ஒழுகினார்கள். அத்தகைய ஒழுக்கமே ராஜயோகம் என்றார்கள்.

இராஜ யோகத்தில் பல பிரிவுகள் ஏற்படுத்தினார்கள். அவற்றுள் சகுணம், நிர்க்குணம் எனப் பிரித்து மனோ நிலைக்கேற்றவாறு சாதனம் கூறினார்கள்.

குரங்கைப் போலும், பட்டிமாட்டைப் போலும் அலையும் மனத்தை ஒரு நிலையில் நிறுத்தக் கூடிய சாதனங்களைப் பல வகைகளாக வகுத்தார்கள். அதற்கு அநேக மந்திரங்களைக் கற்பித்தார்கள். அம் மந்திரங்களில் முதன்மையாகவும் கடைசி அனுஷ்டானத்திற்கு அவசியமாகவு முள்ள ஓம் எனனும் மந்திரத்தைப் பிரதானமாக அமைத்தும் பல சொற்களடங்கிய மந்திரங்களையும் உபாசனை மூர்த்திகளையும் ஏற்படுத்தினார்கள்.

மன ஒருமையை அடைந்த அன்பர்கள் தாங்கள் உபாசித்த உருவங்களுக்குப் பெருமையைக் கூறி அம்மூர்த்தத்தால் தாங்கள் சகலமும் பெற்றதாயும் அதையே கடவுளாகவும் பாடி வைத்தார்கள்.

அப்பாடல்களைப் படித்த பலர் தங்கள் மனத்துக்கு ஏற்ற அளவு ஆலய நிர்மாண உற்சவாதி அலங்கார வகைகளுக்குச் சொத்தை அளித்து வருகின்றார்கள்.

ஆரிய விதிப்படி ஆலய வழி பாட்டை அதிகமாய் ஆதரித்தவர்கள் துவைத விசிஷ்டாத்வைத மதத்தவர்களே யாவர்.

உருவ வழிபாட்டைப் பக்தி என்றும் கூறினார்கள். பகவதா விருத்தி பக்தி என்று கூறினார்கள்.

விருத்தியை ஒரு நிலைப்படுத்த உருவ அமைப்பு என்றால் அவ்வுருவுக்குச் சகல பொருள்களையும் செலவு செய்ய முற்படுவது பொருத்த மற்றதே.

விருத்தியை ஒருமைப்படுத்தவே உருவ வழிபாடு என்றதால் உருவத்தில் உயர்வுதாழ்வு ஏற்படுத்தல் நியாயமற்றதே.

விருத்தியை ஒருமைப்படுத்தவே உருவ வழிபாடு என்றால் மந்திரபேதமும் பொருத்தமற்றது.

ஆனபடியால் தேசத்துக்கும் வழக்கத்துக்கும் மனோநிலைக்கும் தக்கவாறு பல வித்தியாசங்கள் ஏற்படுத்தியிருப்பதாய் விளங்குகின்றது.

பல வகையில் மன ஒருமையை உண்டாக்க வாக்குக்கு ஒரு வார்த்தையையும் மனோ விருத்திக்கு ஒரு உருவத்தையும் அமைத்து வாக்கை மந்திரமாகவும், உருவத்தைக் கடவுளாகவும் கூறினார்கள்.

மன ஒருமையைத் தேடிக்கொண்டவர்கள் ஆரிய விதிப்படி மலக்காற்றை மூலாதாரத்திலிருந்து பிரணவ உச்சாடண சகாயத்தால் வீணாத்தண்டில் செலுத்துவது எதுவோ அதை விக்னமற்ற பூசை என்பார்கள். மூலாதாரத்தில் சங்கல்பம் விகல்பம் இல்லாவிடில் சூன்யமாகிய இருள் தோன்றும். இத்தகைய இருள் தரிசனமாகிய விக்னஈன (விநாயக) தரிசனம் உண்டாகும் வரையில் பிரணவ மந்திரத்தை மூன்றரை மாத்திரை அளவுடன் பிரித்துத் தியானித்தல் வேண்டும். ஓ—ம் விநாயக தரிசனமாகிய இருள் ஞானம் உண்டாகும் முன் இம் என்ற அரை மாத்திரையைத் தியானித்தல் வேண்டும். தியானிக்கும் போது இம் இம் என்று நினையாது ஒரே படித்தாய் இம் என்று நினைத்தல் எதுவோ அதை அரைமாத்திரைத் தியானம் என்பார்கள். இத்தியான முடிவில் சரீரத்தோற்றம் நீங்கும். இதைச் சமாதி என்பார்கள். இச்சமாதியின் பழக்கத்தால் 3 வருடத்தில் மலக்காற்றானது மூளையிலுள்ள லிங்க வடிவமான பிரகாசமுள்ள இடத்தைச் சேரும்.

அதன் பிறகு உண்டாகும் அனுபவத்தை அருள் உதயம், ஞான உதயம், பிரம்மாகார விருத்தி ஞானம், ஞானோதயம், இருள் கடிந்த ஞாயிறு, ஞானுச்சாரி என்ற பல பெயர்களால் அழைப்பார்கள்.

இட் என்ற பரை வாக்கால் தியானிக்கும்போது மூலாதார வெளியிலிருந்து வீணாத்தண்டின் துவாரத்தில் மலக் காற்று நுழையும் சமயம் எதுவோ அதைச் சவிகல்ப சமாதி என்பார்கள். இந்த நிலை கிட்டும் வரையில் உருவ வழிபாடு செய்திருந்தவர்கள் அவ்வுருவ வழிபாட்டை நீக்கி அருவ வழிபாட்டைக் கைப்பற்றல் என்பது யாதெனில் மலக்காற்றானது வீணாத்தண்டில் நுழையும் போது உலகமும் சரீரமும் தோன்றாமல் நித்திரையில் காணும் இருள் போலவும் இருளை உணர்ந்து கொண்டு ஓர் அறிவு இருப்பது போலவும் நிகழும் அனுபவத்தையே சமாதி என்றார்கள். (வீணாத்தண்டில் காற்று நுழைவதால் சரீரத் தோற்றம் நீங்குவது சகலர்க்கும் சுபாவத்திலுள்ளது. ஜெர்மனியில் வீணாத்தண்டில் பரிசுத்தக் காற்றைச் செலுத்தித் தேகத் தோற்றம் இல்லாதபடி செய்து ஆப்பரேஷன் முதலான காரியங்களை நடத்துகின்றார்கள். இதனால் அந்தச் சமாதியைச் செயற்கையாலும் உண்டுபண்ணிக் கொள்ளச் சாத்தியம் என்பதை இக்காலத்து அறிவு விளக்கிவிட்டதால் அத்தகையார்களுக்கு ஆலய வழிபாடு இல்லாமலே அதாவது உருவ வழிபாடு இல்லாமலே ஆரியர்கள் சொல்லிய நிலைகளைப் பெற்று விடலாம் என்பதில் சந்தேகமில்லை.)

மலக்காற்று வீணாத்தண்டில் நுழைந்து ஓர் அங்குலம் மேலே பாயுமானால் ஒரு நாள் அல்லது இரண்டு நாள் தேகத் தோற்ற மற்றுக் காணும் நிலை ஏற்படும். இன்னும் மேலே 4 அங்குலம் ஏறுமானால் 10 நாள் 15 நாள் தேகத் தோற்றம்

உண்டாகாது. இதையே நிர்விகற்பச் சமாதி என்றூர்கள். வீணாத்தண்டி விருக்கும் காற்று மூளையை அனுசரித்துள்ள லிங்கவடிவப் பிரகாசக் குழாயில் செல்லுமானல் (செரு பெலம்) அருள் உதயம், ஞானோதயம் என்று கூறுவார்கள்.

அந்தச் சமயம் எங்கும் இருளாய் இருந்த ஞானம் நீங்கி எங்கும் பிரகாசமாய்க் காணப்படும் நிலே எதுவோ அதையே பிரம்மாகார விருத்தி ஞானம், அகண்டாகார விருத்தி ஞானம், துரிய சிவம் (சிவம் என்பது மங்களம்) அனுபவம், ஞானோதயம் என்ற பல பெயர்களால் வகுத்தார்கள்.

இந்நிலேயை அடைந்த ஒருவரை ஞானி என்று ஆரிய வேதங்கள் கூறுகின்றன. இந்நிலேயைக் கூறும் மார்க்கத்தை மிக இரகசியமாகக் கையாண்டு வந்தார்கள்.

இதை ஆதாரமாய் வைத்துக்கொண்டு பல யுக்திவாதக் கதைகளும் மானசீகக் கதைகளும் கூறி வைத்தார்கள். இந்நிலேயைப் பின்பற்றி அதன் அனுபவத்தை அடைய முடியாதவர்களேக் கரையேற்றக் கூறுகிரும் எனக் கூறிக்கொண்டு பல வாறுன மனத்துக் கெட்டியவரையில் கதைகளேக் கற்பித்து எழுதி வைத்தார்கள். நாளடைவில் தென்னுட்டில் அரச செல்வாக்கைப் பெற்ற பின் சகல மதங்களேயும் நாசமுறச் செய்தும் நாசமுறச் செய்ய முடியாத மதங்களேத் தங்களுள் அடக்கி அம்மதங்களேத் தங்கள் மதமாகக் கொண்டு அம்மத விதிகளே வேதமெனக் கூறி அனேவரையும் தங்களோடு சேர்த்துக்கொண்டு தாங்கள் வகுத்துக் கொண்ட வர்ணுசிரமங்களே அவர்களிடமும் நுழைத்து விட்டார்கள்.

பள்ளி மாணவர்கள் படிக்கும் இந்து தேச சரித்திர புஸ்தகம் ஒன்றில் எழுதியுள்ளதாவது:

"முஸ்லீம்கள் அரசாண்ட காலத்தில் ஆரியர்கள் அக்பரிடம் சென்று இஸ்லாம் மதம் புராதனமானது, வேதத்தில் கூறப்பட்டுள்ள சத்தியமதம் என்று புகழ்ந்து சொல்லவே, அக்பர் அவர்களை அழைப்பித்து அவ்வேதத்தைக்கொண்டு வாருங்கள் எனக்கூறி அதை வாசிக்கச் செய்து அதைத் தீயிலிட்டு அவர்களின் மோசத்தை அதாவது இஸ்லாம் மத நீதிகளைச் சமஸ்கிருத ஸ்லோகங்களாகப் பாடி இஸ்லாமோபநிஷத்து என்று அதற்குப் பெயருமிட்டு அரசர் முன் சமர்ப்பித்ததற்குத் தகுந்த அரசாக்கினையை அளித்தார்" என்பதாம்.

முஸ்லீம் அரசர் ஆரியர்களின் சூழ்ச்சி வலைக்குள் சிக்காத காரணத்தால் அவர்கள் ஆரிய அடிமைகளாக விய லாது போயிற்று. இல்லாவிடில் தமிழர்கள் இன்று எந்நிலையில் இருக்கின்றார்களோ அந்நிலையை முஸ்லீம்களும் அடைந்திருப்பார்கள்.

திருநெல்வேலி ஜில்லாவில் விக்கிரமசிங்கபுரம் கிராமத்திற்கு மேல் பாபநாசமலை என்ற ஒரு மலை உண்டு. அம்மலையின் மேல் 14 மைல் தூரம் செல்லுவோமானால் அங்குக் கட்டளை மலை என்று கூறும் இடம் ஒன்றுண்டு. அவ்விடத்தில் கிருஸ்துவ மத பாதிரியார் ஒருவர் மாதாகோவில் ஒன்றைக் கட்டி வைத்துக்கொண்டு அம்மலைக் கருகாமையில் வாழும் மலைவாசிகளாகிய பணியர் என்னும் பல மக்களைக் கிருஸ்துவ மதத்தில் சேர்த்திருக்கின்றார். அம்மலை வாசிகளோ நிர்வாணமான நிலையில் வாழ்பவர்கள்; அகஸ்தியர் ஒருவரே கடவுள் என்ற நம்பிக்கை யுள்ளவர்கள்; தங்களையும் அகஸ்தியர் வம்ச

மெனக் கூறிக் கொள்பவர்கள்; அவ்விடத்தில் உற்பத்தியாகும் தாம்பிர பரணியின் உற்பத்தி ஸ்தானமாகிய பூங்குளம் என்னும் ஒரு சிறிய நீரூற்றில் இன்றும் அகஸ்தியர் ஸ்நானம் செய்கின்றார் என்று சொல்லிக் கொள்ளும் நம்பிக்கையாளர்கள். அவர்களுக்கு அகஸ்தியக் கடவுளைத் தவிர வேறு கடவுள் இல்லை.

அத்தகைய மலைவாசிகளிடம் அங்கிருக்கும் பாதிரியார் அகஸ்தியர் ஒருவரே கடவுள், அவரையே நாங்கள் ஏசு கிருஸ்து என்று கூப்பிடுகிறோம் என்று கூறிக் கிருஸ்து மதப் பத்துக் கட்டளைகளை அவர்களுக்குச் சொல்லி அவர்கள் கழுத்தில் சிலுவை ஒன்றை மாட்டி அனைவரையும் கிருஸ்துவர்களாக மாற்றி யுள்ளார். ஆயினும் அம்மலைவாசிகள் அகஸ்தியரையே கிருஸ்துவாக நினைத்து வழிபட்டு வருகின்றார்கள் என்பது போல ஆரியர்கள் தமிழ் நாட்டில் பிரவேசித்த பின் தமிழ் நாட்டு வழிபாடுகளை ஆரிய வேதத்தில் ஒன்றாகவும், மூன்றாவது வேதமாகிய சாம வேதமாகவும் ஏற்படுத்தி இஸ்லாம் உபநிஷத்தை ஏற்படுத்தியது போல் சமஸ்கிருத பாஷையில் தமிழர் வழக்க ஒழுக்க வழிபாடுகளை எழுதி விட்டு அது தங்கள் நூல் என்று உறுதிப்படுத்தி விட்டார்கள்.

இக்காரணம்பற்றியே சாம வேதத்தில் கூறிய வகைகள் யாவும் தமிழ் நாட்டிலேயே காணக் கிடக்கின்றன.

தமிழ் நாட்டில் வழிபடும் முறைகளில் உருவ வழிபாடு கூறப்படவில்லை, உபாசனைகளும் ஆலயங்களும் தமிழர்களுக்கு இல்லை. லிங்க உருவத்தை சோதிக்கல் என்ற குறியைக் குறிக்க (அஃதாவது மூளையில் தங்கி யிருக்கும் பிரகாசக் குழாய் வடிவத்தை) முருகு என்ற தமிழ்ப் பெய

ரால் (பிரகாசம் சமஸ்கிருதம், முருகு - தமிழ்) பலரும் உணரு மாறு மலையினுச்சியில் மரத்தடியில் வைத்து வணங்கினார்கள்.

இதை வியாக்கியானம் செய்த பல பெரியார்கள் அண்டக்கல் என்றும், வீரக்கல் என்றும், கூறினார்கள். ஆரியர்களின் புராணத்தில் சத்தி சிவ (ஆண்குறி பெண்குறி வடிவ) வழிபாடு என்றார்கள். அதற்குப் பண்டிதர்களும் பல வியாக்கியானங்கள் கூறி முன் காலத்தில் தமிழர்கள் ஆண்குறி பெண்குறிகளையே போற்றினார்கள் என்று உறுதிப் படவும், ஆரியக் கதைகளை அனுசரித்து தமிழ் முறையை ஆரிய முறைக்கு அடிமைப் படுத்தச் செய்த சூழ்ச்சிகளில் ஒன்றாகிய தங்கள் விதியைப் பெரிதாகவும் தமிழ் விதியைச் சிறிதாகவும் கருதும் வண்ணம் சிவமாகிய பிரகாச அனுபவத்தை பிதாவாகவும் அதை அடைவதற்கு முதல் படியான ஆரிய அனுபவ இருளை விநாயகரைப் பெரிய மகனாகவும் தமிழர் அனுபவ பிரகாசத்தை முருகனை இளைய மகனாகவும் கூறி அதற்குப் புராணங்களும் ஏற்படுத்தி ஆலயங்களும் நிர்ணயித்தார்கள் என்ற வகையால் ஆரியர் தமிழ் நாட்டை அடிமைப் படுத்தினார்கள்.

தமிழர்கள் ஆரிய விதியை நன்றாய் ஆராய்ந்து வல்லுநராய் காலடி என்னும் பதியிலே பிறந்த ஒருவர் திக்விஜயஞ் செய்து ஒரு கொள்கையையும், ஸ்ரீபெரும்பூதூரில் பிறந்த மற்றொருவர் வேறொரு கொள்கையையும் கன்னட தேசத்தில் பிறந்த ஒருவர் மற்றொரு கொள்கையையும், மாயவரத்தில் பிறந்த ஒரு தமிழர் இன்னொரு கொள்கையையும், சிதம்பரத்தில் பிறந்த ஒரு தமிழர் பிறிதொரு கொள்கையையும், வடநாட்டில் தோன்றிய ஒருவர் பின்னொரு கொள்கையையும், அயாவில் பிறந்த ஒருவர் பிறகொரு கொள்கையையும் உலகில் பரவச் செய்தார்கள். இவர்களைத் தவிர இன்னும்

கோடிக் கணக்கான கொள்கைகளை உண்டு பண்ணினவர் களும் பல பேதங்கள் நிலைக்கத் தக்க வழிகளைச் சொல்லிப் போனார்கள். அவற்றுள் பெரும்பாலும் வழங்கப்படுவன தமிழ் நாட்டு மக்கள் உண்டுபண்ணிய வித்தியாச வழிபாடு களே யாகும். சங்கரர், இராமாநுஜர், மாத்துவர், வல்லபாச் சாரி, ஆகாகான், புத்தர், பதஞ்சலி முதலானவர்களால் ஏற்படுத்தப்பட்ட நூல்களை ஆதாரமாய் வைத்துக்கொண்டு மதங்கள் நிகழ்கின்றன.

இவற்றுள் சங்கரர் மதம், இராமாநுஜர் மதம், மாத் துவர் மதம் ஆகிய மூன்று மதங்களும் அவற்றின் தத்து வங்களும், நூல்களும் பெரும்பாலோருக்குத் தெரிந்திருத்த லால் அவற்றை விடுத்து வல்லபாச்சாரி மதம், கோஜா மதம் ஆகிய இருமதங்களின் தத்துவங்களையும் சிறிது விளக்கிக் காட்டிப் பிறகு தமிழர் தத்துவமும் வழிபாடும் கூறுவோம்.

வல்லபாச்சாரி மதம்

சுமார் 350 ஆண்டுகளுக்கு முன் மாயவரத்திலிருந்து ஒரு தமிழ்ப் பிராமணர் கோகுல பிருந்தா வனத்திற்கு யாத் திரை சென்றார். (கோகுல பிருந்தாவனமானது பம்பாயி லிருந்து ஓர் இரவு கப்பலில் சமுத்திரப் பிரயாணஞ் செய்தால் போய்ச் சேரக் கூடிய இடம். அங்குதான் கிருஷ்ணன் பிறந் தது. கிருஷ்ணன் செய்த லீலைகளும், அதன் குறிகளும் கோவர்த்தனகிரியும் இவ்வூரில் இருக்கின்றன.)

பிருந்தாவனத்தில் இருக்கும் குஜராத்தி மக்களின் கபடமற்ற தன்மையைக் கண்ட இவர் அவ்வூரிலேயே தங்க ஆசை கொண்டு குஜராத்தி பாஷையைப் பயின்று பின் பக வத்கீதைக்கு குஜராத்தியில் உரை எழுதிப் பாடம் போதித்து

வந்தார். அத்தகைய பாடத்தில் பகவத்கீதையிற் சில சுலோகங்களுக்கு உரை எழுதியபோது ஆச்சாரியனைக் கிருஷ்ணனாகவே பாவிக்க வேண்டும். அப்படிப் பாவிக்காதவர்கள் நரகத்திற்குச் செல்வார்கள் என்றும் ஆச்சாரியனைக் கிருஷ்ணனாகப் பாவித்துச் சகல லீலைகளையும் செய்யலாம் (அதாவது கிருஷ்ணன் செய்து காட்டிய லீலைகள் யாவும்) என்று எழுதிய ஆதாரத்தைக் கொண்டே எல்லா ஊர்களிலும் வைணவர்கள் கோகுல பிருந்தாவன லீலை என்னும் ஒரு லீலையைச் செய்யும்போது ஒருவருக்குக் கிருஷ்ணன் வேடமிட்டு மற்றவர்களைக் கோபிகைகளாகப் பாவித்து நாடகம் நடத்துகின்றார்கள் என்பதை அனைவர்களும் உணர்வார்கள்.

கீதையில் ஒரு ஸ்லோகத்தின் விரிவுரை:

எவன் என்னை அலட்சியமாகப் பாவிக்கின்றானோ, எவன் ஒருவன் என்னையே நினைத்து என்னைப் பணிந்து யாவற்றையும் எனக்கே அர்ப்பணம் செய்கின்றானோ அவன் தன் யோகக்ஷேமங்களை யான் கவனித்து அவனுக்கு வேண்டியதை என் சென்னியால் சுமந்து செய்வேன் என்று கூறிப் பின் என்னை எப்படி வழிபடுகின்றார்களோ அது போல ஆச்சாரியைக் கருதுகின்றவன் யோக க்ஷேமங்களை நான் கவனிப்பேன். ஆதலால் ஆச்சாரியனைக் கிருஷ்ணரூபமாக எண்ணிச் சகலமும் ஆச்சாரியனுக்கு அர்ப்பணம் செய்ய வேண்டும். தனக்கென ஒன்றும் வேண்டாமல் சகலமும் குருவுக்கு அர்ப்பணம் செய்து அக்குரு அனுபவித்த எச்சத்தைக் கைக்கொள்வது எதுவோ அது மேலான மார்க்கம் எனக் கூறி அதன்படி சகலரும் மணப்பெண்ணை முதலில் ஆச்சாரியார் மடத்தில் 3 நாள் வைத்துக் குருவுக்கு அர்ப்பணம் செய்து பிறகு ஆச்சாரியரிடமிருந்து கைப்பற்றிச் இல்வாழ்க்கையை நடத்த வேண்டுமாய் நூல் எழுதினர்.

இதன்படி சகலரும் நடந்து வந்ததில் இன்று அக்குரு பரம்பரையாகிய வல்லபாச்சாரி மடம் இன்னும் பம்பாயில் நடுப் பட்டணத்தில் படேமந்திர் என்னும் பெயரால் 20 கோடி மூல தனத்துடன் விளங்குகின்றது.

இம்மட விதியில் மடாதிபதியாக வரும் ஆச்சாரியர்கள் தென்னாட்டவர்களாகவே இருக்க வேண்டும். மடாதிபதிக்கு மகன் பிறந்தால் மகனுக்குப் பட்டம் கட்டலாம். இல்லாவிடில் தென்னாட்டில் ஸ்வீகாரம் செய்து கொண்ட மகனுக்குப் பட்டம் கட்டலாம். மடாதிபதியின் மனைவியும் தென்னாட்டுப் பிராமணப் பெண்ணாகவே இருத்தல் வேண்டும் என்று கூறப்பட்டிருப்பதாய்த் தெரிகின்றது.

அதுபோலவே இப்போது விளங்கும் மடாதிபதியும் பண்ணுருட்டியில் பிறந்து ஸ்வீகாரம் பெற்று மடத்தில் மடாதிபதியாய் இருப்பதாய்த் தெரிகின்றது. அவர் மனைவியும் பண்ணுருட்டியைச் சேர்ந்தவரே யாவர். அம்மடத்தின் விதியானது மடாதிபதியின் பத்தினியை மடாதிபதி தவிர தாய் தகப்பன் முதல் வேறு எவரும் பார்க்கக் கூடாது.

மடத்தில் அர்ப்பணம் செய்யப்படும் பெண்கள் மணம் செய்து கொண்ட மாப்பிள்ளைமார்களால் தினே தினே வந்து சேரும் பெண்களோ கணக்கி லடங்காது. அது போலவே மடத்திலிருந்து புருஷன்மார்களிடம் ஒப்புவிக்கும் பெண்கள் கணக்கற்றன. (இக்காலத்தில் சீர்திருத்த மடைந்திருக்கலாம்.)

இதை நன்கு ஆராய்ந்த சில வகுப்பார்கள் மட சம்பிரதாயத்தை வெறுத்து வேறானார்கள். ஆனதால் புதிய கட்சி, பழைய கட்சி என இருகட்சி ஏற்பட்டுள்ளன.

இத்தகைய போதனைகளைச் செய்து பகவத் கீதைக்கு உரை எழுதிய வல்லபாச்சாரியரும் தம் நலத்தைக் கருதிப் பல இடைஞ்சல்களானவையும் கண்டு பிடிக்க முடியாதன வும், வெகு சாமார்த்தியமானவையுமான தந்திரங்களைக் கொண்டு நூல் செய்தார் என்பது விளங்கும்.

ஆதலால் இப்போது விளங்கும் வல்லபாச்சாரி மதமும் அதன் தத்துவமும் அது அடைந்துள்ள செல்வாக்கும் அதை அனுஷ்டிக்கும் மக்களும் எத்தனை கோடி என்பதைக் கவனிக்கும்போது உண்மை விளங்காமற் போகாது.

கோஜா மதம்

கோஜா மதமானது முஸ்லிம் அரசாங்கத்திலிருந்து வழங்கப்பட்ட ஒரு மதமாகும். அதற்கு முன் அம்மதாச்சாரி யானவர் சங்கரமதத்தை அனுஷ்டித்துவந்த ஒரு பரம்பரை குருவாக விளங்கியவர்.

அக்காலத்தில் மத மாற்றம் மும்முரமாக நடந்தபோது சங்கரர் வகுப்பு குருவான ஒருவரும் தன் சீட பரம்பரை யுடன் இஸ்லாம் மதப்படி வெளிக்குக் காட்ட ஆரம்பித்துத் தங்களையும் முஸ்லிம் வகுப்பாகவே பாவிக்கும்படி செய்து கொண்டார்.

இக் கோஜா மதஸ்தர்கள் பெரும்பாலும் வடபாகத்தி லேயே இருந்து வருகிறார்கள்.

இவர்களின் சட்ட திட்டங்களும் கடவுள் வழிபாடும் ஏறக்குறைய வல்லபாச்சாரியார் மதத்தை ஒத்ததாகக் காணப்படும்.

இவர்களுக்குக் கடவுள் கிடையாது. ஆசாரியாரே கட வுள் என்ற கொள்கையை உடையவர்கள்.

இவ் வகுப்பார்கள் அனைவரும் வியாபாரிகள். இவர்களுக்கு சேட் என்ற பட்டமும் உண்டு.

விவாகச் சடங்கு முதலானவைகளை ஆசாரியருடைய அனுமதி பெற்றோ அல்லது ஆச்சாரியருக்கு காணிக்கை கொடுத்தபின்னோ நடத்திக் கொள்ள வேண்டும்.

ஒவ்வொரு வீட்டாரும் ஆசாரியருக்கு வருட காணிக்கை செலுத்த வேண்டும். அதனால் வரும் வரும்படியைக் கொண்டு ஆச்சாரியர் ஆனந்தமாய் உயிர்வாழ்ல் முறை. அதன்படியே இன்று விளங்கும் கோஜாமத ஆச்சாரியாகிய ஹிஸ். ஹைனஸ். ஆகாகான் தன் சீடர்களின் வருவாயைக் கொண்டு பிரான்சு தேசத்தில் பிரான்சுமாதை மணந்து திரண்ட பொருள் செலவில் உயிர் வாழ்வதை நீங்கள் உணர்வீர்கள்.

கோஜாமதத்தைச் சேர்ந்த நண்பர் ஒருவர் என்னிடம் கூறிய சில கதைகளை இங்கு கூறுகின்றேன்:—

கோஜா மதத்தில் தேவலோகம் என்ற ஒரு இடம் இந்தியாவில் ஒரு மலையில் இருப்பதாகவும் அம்மலையில் அனேக அழகிய மாதர்கள் வைக்கப்பட்டிருப்பதும் தவிர கண்ணாடிகளால் மாளிகை அமைக்கப் பட்டிருக்கின்றனவாம். அம் மாளிகைக்குக் குருவாகிய ஒருவர் மாத்திரம் போகலாம். யாராவது ஒரு சீடர் அதைப்பார்க்க விரும்பினால் லக்ஷக் கணக்கான பொருளைக் குருவுக்குக் கொடுத்தால் அத்தகைய சீடரைத் தேவாமிர்தம் உண்ணச் செய்து அத்தகைய தேவாமிர்தத்தால் மயக்கமா யிருக்கும்போது எப்படியோ அம் மலையில் சேர்க்கப்படுகின்றான். மயக்கம் தெளிந்து விழிக்கும் போது ஒருமலையின் உச்சியில் அழகான அலங்கார அரண் மனையில் பலவித பட்சண வர்க்கங்களுடன் கணக்கற்ற அழ

கிய மாதர்களால் சூழப்பட்டு பல போகங்களையும் அனுபவிக்கக் கூடிய நிலைமையில் வீற்றிருக்கக்கண்டு ஆச்சரியப்படுகின்ற சீடனை ஒருவாரா காலம் வரை அங்கு சுகபோகங்களை அனுபவித்துப் பின் அப்பெண்களால் கொடுக்கப்பட்ட தேவாமிர்த பானத்தை யுண்ட பின் மீண்டும் தன் மனையில் இருக்கக் காண்கின்றான் என்று கூறினார்.

இந்து உண்மையானால் இதனால் எத்தனை இலட்சம் செலவழிக்கப்படுகின்றது என்பதையும் இதனை நம்பி எத்தனை மக்கள் பணத்தை செலவழிக்க நேரிடுகின்றது என்பதையும் யோசித்துப் பாருங்கள்.

இதற்கு ஆதாரம் சங்கராச்சாரி மதநூல்களே எனக் காட்டப்படுகின்றதாம். இன்னும் இத்தகைய ஆரியக் கொள்கைகளை எழுத வியாசம் பெருகி விட்டாலும் மக்களுகது உண்மையைப் புகட்ட வேண்டும். எனக் கருதி இன்னும் இரண்டொரு இதுபோ லொத்த கதைகளைச் சொல்லி விஷயத்தில செலகின்றேன் என்பதால் வாசகர்கள் மன்னிப்பார்களாக.

வடநாட்டு மதம்

இன்னொரு தமிழர் சங்கர மதத்தையும் புத்தர் மதத்தையும் தழுவி தான் வேறொரு மதத்தை உண்டு பண்ணினார். அம்மதத்தில் பலவிதிகள் கூறினார். அவ்விதிகளில் சிலவற்றை இங்குக் கூறுகின்றேன். ஆசாரியருக்கு மனைவி மக்கள் இருத்தல் கூடாது. ஆசாரியருடைய ஸ்தானத்திற்கு தமிழ் நாட்டுப் பார்ப்பனக் குழந்தையை மடத்தில் வளர்த்து அதற்குப் பட்டம் சூட்டி அம்மட சீட பரம்பரைக்கு ஆசாரியராகச் செய்விக்க வேண்டும். மடாதிபதியாகிய ஆசாரியார் ஒரு ஊரில் 3 நாளைக்குமேல் வசித்தலாகாது. (ஒவ்வொரு ஊரிலும்

பெரிய மடாலயம் ஏற்படுத்தி யிருக்கின்றார்கள். சென்னை யிலும் 2 மடாலயம் பெரும் பணச் செலவில் வியாபார ஸ்தானத்தில் அமைக்கப்பட்டுள்ளன.) குருவானவர் மடத்தில் வந்தவுடன் சகல சீடர்களும் பாதம், கற்கண்டு, பிஸ்தா முதலான வஸ்துக்களுடன் ஆசாரியரை வந்து சேவித்தல் வேண்டும். புருஷர்கள் காலை 6 மணியிலிருந்து மாலை 8 மணி வரையில் சேவிக்க அனுமதிக்க வேண்டும். இரவு 8 மணிக்கு மேல் 10 மணி வரையில் யௌவனப் பெண்கள் பண்டு பலகாரங்களுடன் வந்து தரிசிக்க வேண்டும் என எழுதியதில் இருக்கும் இரகசியத்தை நோக்குங்கள்.

இரவு 8 மணிக்கு மடத்தில் வரிசையாகப் பெண்கள் நின்றிருக்கும் சமயம் 9 மணி சுமாருக்கு ஆசாரியர் பிரசன்னமாவார்.

அச்சமயம் அனைவரும் பஜனை செய்ய வேண்டும். அப் பஜனையில் எங்களை வாழ்விக்க வந்த குருவே, எங்களுக்கு மோட்சத்தை உண்டுபண்ணத் தோன்றிய குருவே, உங்கள் தரிசனத்தால் நாங்களும் எங்கள் குடும்பமும் நற்கதியடைந்தோம், எங்களை உமக்கு அர்ப்பணம் செய்து விட்டோம்; உங்கள் இஷ்டப்படி எங்களை உபயோகித்துக் கொள்ளலாம் எனவாதிய மந்திரங்களை ஜபித்துக்கொண்டிருக்கும் சமயத்தில் குருவானவர் நின்று கொண்டிருக்கும் ஒவ்வொரு பெண்களையும் பார்த்துக் கொண்டே போய் தன் மனதிற்குப் பிடித்த பெண்ணைத் தொடுவார். அப்படித் தொட்ட மாத்திரத்தில் அப்பெண் தவிர மற்றப் பெண்கள் அனைவரும் தத்தம் இல்லம் சென்றுவிடவேண்டும்.

குருவால் தொடப்பட்ட பெண் மாத்திரம் அன்றிரவு குருவுக்கு சிஷ்ருஷை செய்ய வேண்டும்.

மடத்தில் தங்கிய பெண் ஏறிவந்த வண்டி காலியாக வீடுவந்து சேர்ந்ததும் வீட்டிலுள்ள அப் பெண்ணின் புருஷன் முதல் அனைவரும் அன்றிரவு நித்திரையின்றி பட்சணஞ் செய்து பஜனை செய்து கொண்டிருக்க வேண்டும்.

அப் பஜனையில் ஆசாரியாராகிய நீர் ஆனந்தமாய் உறங்க வேண்டும். நீங்கள் அனுபவிக்கும் ஆனந்தம் எங்கள் குடும்பத்தை ரட்சிக்கும் என்றவாறு பாட்டுக்களைப்பாடி இரவு 3 மணி வரையில் பஜனை செய்து விட்டுப் பிறகு புருடன் ஒரு வண்டியுடன் மடத்து வாசலில் வந்து தயாராக இருக்க வேண்டும்.

குருவானவர் காலை 3 மணிக்கு மடத்தில் தங்கியிருந்த பெண்ணைக் கை பிடித்து வெளியில் வண்டியில் வந்திருக்கும் அப்பெண்ணின் நாயகனிடம் ஒப்பிவிக்க வேண்டும்.

நாயகனால் ஒப்புக்கொண்ட அப்பெண் வீடு சேர்ந்ததும் வீட்டிலுள்ள அனைவர்களும் அப்பெண்ணிற்கு பாதத்தில் புஷ்பம் போட்டு அர்ச்சனை செய்து பழிக்கவேண்டும்.

அது சமயம் உன்னால் எங்கள் குடும்பம் ஈடேறியது. உன்னால் நாங்கள் பிறவியை ஒழித்தோம். இனி எங்களுக்கு மோட்சலோகம் கிட்டி விட்டது. இத்தகைய புண்ணியத்தை எங்களுக்குத் தேடிவைத்த உன்னை அர்ச்சிக்கின்றோம் என துதித்தல் வேண்டும்.

இதன பிறகு செய்துவைத்த பட்சணங்களை அப்பெண்ணுக்கு அர்ச்சித்து சகலரும் உண்ண வேண்டும்.

இது ஒரு மதாசாரமாக நாள்தோறும் வழங்கப்பட்டு வருகின்றது.

இதன்படி ஒரு ஊரில் 3 நாள் தங்குவதால் 3 பெண்களைத் தனக்கு சிஷ்ருஷை செய்ய அனுமதிக்கலாம். இப்படி ஊர்கள் தோறும் சென்று ஒவ்வொரு ஊரார்களையும் உஜ்ஜீவிக்கச் செய்வது ஆசாரியரின் கடமை எனபதை யோசித்துப் பாருங்கள். இதற்குக் காரணம் தமிழ் நாட்டுப் பார்ப்பனர்களே யாவர்.

வீர சைவ மதம்

மைசூர் ராஜ்யத்தில் வீர சைவ மதம் என்று ஒரு மதம் உண்டு. அம்மதத்தினர் தாங்களே சமையல் செய்து ஒரு வரும் காணுதபடி தம் கழுத்தில் அணிந்துள்ள சிவலிங்கத்திற்குப் பூசைசெய்து உண்ணுவது வழக்கம்.

வீர சைவ மதத்தவர்களில் கன்னடம், தெலுங்கு, தமிழ் முதலான பல பாஷைகள் பேசக்கூடியவர்களும் இருக்கின்றனர்.

வீரசைவ மதத்தில் எவ்வகுப்பார்களும் சேர்ந்து கொள்ளலாம். வீரசைவ மதத்தைச் சேர்ந்தவர் எவ்விடத்திலும் உண்ணல், அருந்தல் செய்தல் கூடாது. சிவலிங்கத்தை ஒரு வெள்ளிப் பெட்டியில் வைத்து மூடி கழுத்தில் கட்டிக்கொள்ள வேண்டும். பார்ப்பனர்களிடம் சுண்ணும்பு கூட இவர்கள வாங்க மாட்டார்கள்.

இம்மதத்தில் அவதரித்த அல்லமாப் பிரபு, அக்கம்மா தேவி, பசவண்ணர், துறைமங்கலம் சிவப்பிரகாச சுவாமிகள், சாந்தலிங்க சுவாமிகள், குமாரதேவ சுவாமிகள், கண்ணுடைய வள்ளலார் முதலான பெரியோர்களால் பல புத்தகங்கள் எழுதப்பட்டிருக்கின்றன.

பிரபுலிங்க லீலை, சித்தாந்த சிகாமணி, வேதாந்த சூடாமணி, ஸ்ரீ காளத்தி புராணம், திருவெங்கைக் கோவை,

பெரியநாயகி விருத்தம், வள்ளலார் சரித்திரம், பாடுதுறை முதலான பல நூல்களும் பாடி யுள்ளார்கள்.

சொரூபானந்த சுவாமி கண்ணுடைய வள்ளலார், தத்துவராயசாமி என்றவரும் சொரூபசாரம், ஒழிவிலொடுக்கம், வைராக்கிய சதகம், வைராக்கிய தீபம், அவிரோத வுந்தியார், கொலைமறுத்தல் என்ற பல நூல்களை எழுதி யுள்ளார்கள்.

இவ் வாச்சாரியர்களைப் பின்பற்றிய பலர் நாளடைவில் பல மதங்களைப் பெருக்கினார்கள்.

அவற்றுள் பேரள வீரப்பிரம்மம் என்ற ஒரு பெரியார் தெலுங்கு நாட்டில் தோன்றி வீரசைவ மதத்தை ஆதாரமாக வைத்துக்கொண்டு தன் உருவத்தைக் கண்ணாடியில் பார்த்துப் பழகுதலே பிரம்ம அப்பியாசம் என்றும் உலகில் எல்லாம் பிரம்மம் என்றும் பிரம்மத்தில் ஆண் பெண் என்னும் வித்தியாசம் இல்லை யென்றும் போதித்து வந்தார். இவர்கள் பௌர்ணமி தினத்தன்று ஒரு பூஜை நடத்திவர ஏற்பட்டார்கள், அப்பூஜையில் கள் சாராயம் ஊன் முதலியவைகளை வைத்து அன்றிரவு வித்தியாச மின்றி சீடகோடிகளில் ஆண் பெண் ஆகிய இருபாலாரும் ஒன்று சேர்ந்து இரவைக் கழிப்பதை மேற் கொண்டார்கள்.

வீரப் பிரம்ம மதத்தின் சீடர் போகல சேஷாசல நாயுடு என்பவர் அவருக்குப் பின் இதை அனுஷ்டித்து வந்தார். இவர் காலத்தில் நெல்லூர், காகினாடா, காளத்தி முதலிய பக்கங்களில் அநேக பெண்களும் ஆண்களும் இதை அவலம்பிக்க ஏற்பட்டார்கள். அசலப் பிரம்ம மதம் என்று தங்களைக் கூறிக் கொள்ளும் இவ்வகுப்பு நாளுக்கு நாள் பலப்பட்டு விட்டது.

அசலப்பிரம்ம மதம் என்பது கண்ணுடியில் காணப் படும் பிரதி பிம்பத்தைத் தியானிப்பது எதுவோ அதையே உபாசனையாகவும் தன்னுடைய ரூபமே கடவுள் தானே கடவுள் எனவும் அதற்கு வீரசைவ மதத்தில் கூறும் பிரபு லிங்க லீலையில் கூறிய

"குகை இதயம், அதன்கண் அமர் இறை ஈசன் என்று பொருள் குறித்துக் கொண்மோ, நிகழுனைய குகேச மொழிக் குடையன் யான்ருனெனவே, அகமகிழ முகமலர சித்த னறைகுவன், நீயேயாகின் முகை யவிழ, மென்மலர் கரத் திற் சிவலிங்கங் கொண்ட தென்கொல் மொழிதி என்றான்'

என்ற பாட்டை ஆதாரமாய்க் காட்டித் தானே பிரம் மம் எனக் கூறிக்கொண்டு ஆண் பெண் கலந்த ஆனந்த பூசையை மது மாமிசத்துடன் நடத்தி வருவது என்கிறார் கள். இத்தகைய பூசைகளுக்குக் காரணம் ஆரிய பிரமாணமே காட்டப்படுகின்றது.

குருக்கள் மார் சீடர்களின் வருவாயையும் சீடப் பெண்மணிகளின் சுகபோகங்களையும், இந்த இருபதாவது நூற்றுண்டிலும் ஆண்டு அனுபவித்து வருகின்றார்களென் றால் நம் நாட்டின் நிலையை என்னென் றுரைப்பது.

வராயி மதம்

தென்னுட்டுத் தமிழனல் இம்மதம் ஏற்படுத்தப்பட்டு இதன் பூசா விதியையும் பலனையும் கூறி மக்களை ஏமாற்றிய வகைகளில் சிலவற்றை இங்குக் கூறுகிறேன்.

வராயி பூசை செய்பவன் ஒரு யௌவன சக்கிலிப் பெண்ணை நடு நசியில் மயானத்தில் நிர்வாணமாய் நிற்க வைத்து தான் ஓரிடத்தில் உட்கார்ந்திருந்துகொண்டு தன்னை

மறைக்க ஓர் ஆடையைத் திரை கட்டித் திரைக்குள் தானிருந்து ஜெபம் செய்து சிலநேரம் கழித்து நிர்வாணமாய் நின்றிருக்கும் சக்கிலிப் பெண்ணை நீ யார் என்று கேட்க. அதற்கவள் நான் சக்கிலிப் பெண் என்று பதில் சொன்னவுடன் மீண்டும் ஜெபித்து சில நிமிடம் கழித்து நீ யார் என்றவுடன் நான் வராயி என்று அப்பெண் கூறியவுடன் திரையிலிருந்து பூஜிக்கப்பட்டவன் வெளி வந்து நிர்வாணமாய் இருந்து அப்பெண்ணுக்கு மஞ்சள் குங்குமத்தைச் சரீர மெல்லாம் தடவி புஷ்பங்களால் அர்ச்சித்து அம்மா நீ எனக்குக் கட்டுப்பட்டு நான் கூப்பிடும்போது என் முன் தோன்றி யான் கேட்பதற்குப் பதிலிறுக்க வேண்டும் என வேண்ட அதற்கு அவ்வராயி ஒப்பிய பின் மீண்டும் திரைக்குள் வந்து முன்போல் ஜெபித்துச் சில நிமிடம் கழித்து நீ யார் என்று கேட்க நான் பார்ப்பனப் பெண்ணென்றும், பிறகு ருத்திரப் பெண்ணென்றும், மீண்டும் சக்கிலிப் பெண் என்றும் கூறிய பின் பூசை முடிவடையும் எனக் கூறுகின்றார்கள்.

இத்தகைய பூசையை முடித்த பின் ஒரு பெரிய சாமியாரென்று தன்னைக் கூறிக் கொண்டு தான் செய்து முடித்த பூசையின் வரலாற்றைப் பலர்க்கும் கூறி இவ்வரலாற்றை மக்களிடம் பரவச்செய்து பலரைத் தன்னிடம் வரும்படியும் தான் அவர்களுக்கு குளிசம் கட்டுவதாயும் அதனால் உத்தியோக பிராப்தியும் லாபமும், பிள்ளை பிறப்பதும், நலி நீங்குவதும் உண்டாகும் எனக் கூறியும், பெண்களுக்கு மந்திரிப்பதாயும் அனைவருக்கும் ஜோசியம் சொல்வதாயும் சொல்லிக் கொண்டு பல கூட்டங்களைக் கூட்டிச் சில வாலிபர்களைத் தங்களுக்கு அனுகூலமாய் வைத்துக் கொண்டு அங்கு வந்து சேரும் பெண்களை விபசாரத்திற்குள்ளாக்குகின்றான்.

இவர்கள் மக்களை ஏமாற்றும் தந்திரங்களை இங்குக் கூறுகின்றோம்.

தன்னிடம் வந்து ஜோசியம் கேட்பவர்களுக்கு கூறும் அடுக்காவன.

நீ ஒரு கவலையுடன் ஒரு விஷயத்தை மனத்தில் வைத்துக் கொண்டு கவலைப்படுகின்றாய் அது தீருமா, ஏதாவது நேருமா, மனிதர்களால் ஏற்பட்டதா கர்மத்தால் உண்டானதா. கிட்டுமா கிட்டாதா என்றும் கேட்கின்றாய் அல்லவா என்றவுடன் கேட்க வந்தவர் எதை கேட்க வந்தாலும் அவை யாவையும் இவர் கூறிய அடுக்குக்களில் இருப்பதால் தாங்கள் நினைத்ததை சாமியார் சொல்லி விட்டதாக நினைத்துக் கொண்டு சாமியாரைப் புகழ ஆரம்பித்து விடுகின்றார்கள்.

சாமியார் சமயம் பார்த்து சில வாலிபர்களை அழைத்துக் கொண்டு மயானத்தில் பூசைக்குச் சென்று அமாவாசை இருட்டில் கொஞ்ச தூரத்தில் வாலிபர்களை இருக்கும்படி செய்து நிர்வாணமாய் தான் பூசை செய்து கொண்டிருக்கும் போது வராயியைக் கூப்பிடுவதும் அவரே வேறு குரலால் பதில் கூறிவிட்டு பூசையில் வராயி புஷ்பத்தைக் கொட்டினதாக வாலிபர்களுக்குத் தெரியாமல் தான் கொண்டு வந்த புஷ்பத்தைக் கொட்டி விட்டு அப்புஷ்பம் வராயினால் கொட்டப்பட்டதாய் வாலிபர்களுக்குக் காட்டி அக்கதையை ஊரில் பரப்பச் செய்கின்றான்.

இத்தகைய அயோக்கியக் காரியங்களை நம்மக்கள் ஆதரித்து வருவது ஆரிய மதத்தின் பால் கொண்டுள்ள நம்பிக்கையே யாகும்.

"வானிலே பறக்க மண்ணிலே நுழைய வானவர் வணங்க, மற்றொரு ஊனிலே புருக அவரவர் உள்ளத்திலே நினைத்த தெல்லாம் உரைக்கப்—போனதோர் உயிரை எழுப்ப எண்சித்தி புகன்றதெலாம், கையிலேவரினும் ஞானமே இல்லை அன்னவரை நாயினுங் கடையென நாடே."

வட நாட்டிலிருந்து தென்னாட்டுக்குப் பரவிய மதங்கள் தென்னாட்டவர்களின் கலப்பால் பல யுக்தியினால் ஆயிரக் கணக்கான மதங்களாகி விட்டன.

காஞ்சிபுரத்தில் உள்ள ஐயங்கார்கள் தங்களைக் குரு மார்களாக ஏற்படுத்திக் கொண்டு பெரிய பெரிய பட்டங்களை வகித்துக்கொண்டு சில பாகுபாடுகளையும் சின்னங்களையும் அமைத்துக்கொண்டு தங்கள் சிட பரம்பரைகளைப் பெருக்கிக் கொண்டு வந்தும் இன்னும் பெருக்கிக் கொண்டும் வருகின் றார்கள்.

ஒரு குருவானவர் திருநாமத்தை பாதத்துடன் போடச் சொன்னார்; இன்னொரு குருவானவர் பாதமின்றித் திரு நாமத்தைத் தரிக்கச் சொன்னார்; மற்றொருவர் கோபிச் சந் தனத்தை அணியச் சொன்னார்; வேறொருவர் மஞ்சள் திரு மண்ணைத் தரிக்கச் சொன்னார். இதுபோலவே ஒரு குரு வானவர் விபூதியை அணியச் சொன்னார்; மற்றொருவர் கந்தத்தைச் தரிக்கச் சொன்னார்; வேறொருவர் குங்குமத்தை அணியச் சொன்னார் என்பனவாதி குறிகளுக்கு ஒவ்வொரு ஆச்சார்யமார்களும் அனேக தத்துவங்களையும் அதற்குத் தகுந்த யுக்திக் கதைகளையும் கூறித் தங்கள் சீடர்களைப் பிரித் துத் தங்களுக்குப் பெருமையையும் வருவாயையும் சாஸ்வதப் படுத்தி விட்டார்கள்.

இக்கொள்கைப்படி ஒவ்வொருவரும் ஒவ்வொரு குரு வம்சமாக இப்போது கருதப்படுகின்றார்கள்.

உதாரணமாக இக்காலத்திலும் கும்பகோணத்தில் உள்ள சங்கர மத குருவான ஒருவர் பல கிராமங்களுக்குச் சென்று ஏழைகளைப் பிரமிக்கச்செய்து பரிவாரங்களுடன் தங்களைப் போஷிக்கவும் பாத காணிக்கை செலுத்தவும் பாத பூசை செய்யவும் தூண்டி வரி விதித்து வசூலிப்பதை யாவரும் அறிவார்கள்.

ஏழை மக்களிடம் பணத்தைப் பெற்று வயிறு புடைக்க உண்டு யானை குதிரை பரிவாரங்களுடன் தங்க ஆசனத்தி லும் வில்வெட்டுத் திண்டிலும் சாய்ந்துகொண்டு ஏமாற்றித் திரியும் குருமார்களால் ஏழை மக்களுக்கு என்ன நன்மை செய்ய முடியும்; ஒரு நன்மையும் செய்ய முடியாது என்பது திண்ணம்.

வெள்ளம் வந்து வீடின்றிக் குழந்தை குட்டிகளுடன் ஆடை ஆகாரமின்றி உறங்க இடமின்றித் தவிக்கும் ஏழை மக்கள் ஆயிரம் பேர் தங்கக்கூடிய காலியாய்க் கிடக்கும் கொட்டகையில் தங்க இடம் கேட்டால் இத்தகைய ஆசாரி கள் வாசம் செய்யும் பெரிய கட்டடத்தின் கொட்டகை அசுத்தமாய் விடும் ஆனதால் நீங்கள் மடிந்தாலும் தோஷ மில்லை எங்கள் மடத்தில் இடந்தர மாட்டோம் என்று கூறும் வர்க்கத்தாருக்குப் பாத காணிக்கையும் ஆகாராதிகளும் கொடுத்து அவர்களைத் தோளின் மேல் சுமந்து காலில் விழுந்து கடவுளாகப் பாவித்து பய பக்தியுடன் கைகட்டி வாய்மூடி வணங்கி நிற்பது தமிழர்களின் கல்வி இன்மையும் ஆரியர்களின் மத சூழ்ச்சியுமே காரணமல்லவா?

இதுபோலவே உடையவர், வேதாந்தாச்சாரி, தேசிகாச்சாரி, நீலகண்டாச்சாரி, உபய வேதாந்தாச்சாரி, மாத்துவாச்சாரி, சங்கராச்சாரி முதலான ஆசாரிமார்கள் வம்சத்திற்குத் தமிழ் மக்களையும் மற்ற இந்தியர்களையும் அடிமையாக்கி அவர்கள் ஏற்படுத்திய விதிகளை அனுஷ்டித்து வரும்படி ஊர்ச்சிதப்படுத்தி விட்டார்கள்.

பலர் சேர்ந்து பல குருமார்களுக்கும் பெருமை உண்டாக்கவே அதர்வண வேத சாத்திரம் ஏற்படுத்தியதாலும் பலரும் அதில் தங்கள் தங்கள் கருத்தை நுழைத்துக் கொண்டே வந்தாலும் அதற்கு இவர்தான் மூல புருஷர் என்று கூற இயலா.

இதுபோலவே அரச சட்டம் என ஒரு நூலையும் அதற்கு மனுதர்ம சாத்திரம் என்ற பெயரையும் சாற்றி அப்போதைக்கப்போது வேண்டியவைகளைச் சேர்த்துக் கொண்டேவந்து அரசாங்கத்திலும் இந்தியன் பெனல் கோட் என அதற்கே வேறு பெயருமிட்டு இக்கால அரசர்களைக் கொண்டும் தங்கள் சட்டத்தை மக்கள் தலையில் சுமத்தி ஆண்டு வருகின்றார்கள்.

இதுவரையில் நமக்கு ஆரிய சாத்திரங்களும், விதிகளும், சட்டங்களும் ஏற்பட்டு அதையே அனுஷ்டித்து வருவதால் தமிழர்களின் சட்டங்களையும் திட்டங்களையும், சாத்திரங்களையும், சாத்திரக் கர்த்தாக்களையும் தெரிந்துகொள்ள முடியாமலும், சாத்திரம் கிடைக்காமலும் ஆரியரிடம் சிக்குண்டு தவிக்கும் தமிழர்களுக்கு என் அறிவுக்கு எட்டிய வரையில் ஆராய்ச்சிக்கு ஒத்த விஷயத்தை யுக்திக்குப் பொருத்த விஷயத்தைப் பின் வரைவேன்.

தமிழர் யோகம்

ஆரியர்கள் இருக்கு, யசுர் வேதங்களில் கூறிய மந்திரங்கள் சிவோகம், அம் சோகம், சோகம், ஓம்: நாராயணுயா ஓம்: நமோ நாராயணுயா, ஓம்: நமோ பகவதே வாசுதேவாயா, ஓம்: நமோ பகவதே கிருஷ்ணுய எனவாதி மந்திரங்களை மூலாதாரதியானத்தின் பொருட்டுச் சொல்லியது போலவே தமிழர்களும் மேலாதார தியானங்களையும் அதற்கு மந்திரங்களையும் வகுத்தார்கள்.

மேலாதார தியானத்தில் சகுணம் நிர்க்குணம் என இரண்டுவகை வகுத்தார்கள்.

சகுணத் தியானத்திற்கு நமசிவாய என்ற மந்திரத்தையும், நிர்க்குணத் தியானத்திற்குச் சிவயவசி என்ற மந்திரத்தையும் வகுத்தார்கள்.

நமசிவாய என்ற மந்திரத்தை நினைக்கும் போது மனம் வெளிநாட்டத்திலேயே செல்லும். சிவயவசி என நினைக்கும் போது அட்சர சப்தமானது புருவ மத்திய ஸ்தானத்தில் மனத்தைக் கொண்டுபோய்ச் சேர்க்கும்.

மனம் சேர்ந்த இடத்தில் காற்றும் செல்லும், மனமும் காற்றும் புருவ மத்திய இடமாகிய வெளியில் தங்கி அவ்வெளியிலிருந்து மூளைக்குச் செல்லும் சிறிய நரம்பின் துவார வழியாய்ப் பிரகாசம் தங்கியுள்ள லிங்க வடிவக் குழாயினுள் காற்றும் மனமும் செல்லும்; அப்படிச் செல்லும் போது பிரகாசம் தோன்றும்; அப்பிரகாசமானது பாகுபாடற்ற வேறொரு தோற்றத்திற்கு இடமில்லாத ஒரே பிரகாசத் தோற்றமாகவும் அதை அறிந்து கொண்டிருக்கும் அறிவாகவும் தோன்றும். இதைக் காண்பான் காட்சி என்பார்கள்.

இந்நிலையில் காணப்பட்ட பிரகாசமும் அதை அறிந்து கொண்டிருக்கும் அறிவும் தவிர வேறு சரீர முதல் உலகம் ஈறாகவுள்ள தோற்றங்களும் இருள் முதலான காட்சிகளும் காணப்படமாட்டா.

இத்தகைய நிலையை அடைந்த ஒரு புருஷன் நீண்ட நாள் உயிர் வாழக்கூடிய சக்தியைப் பெற்று விடுகின்றான்.

பிரகாசக் குழாயில் பிரகாசத்தைப் பெருக்கிக் கொண்டவர்கள் ஆகாயத்தில் கிளம்பவும், தூரத்திலுள்ள ஒரு வஸ்துவைத் தூரதிருஷ்டிக் கண்ணாடி இல்லாமலே பார்க்கவும் நோயற்று வாழவும் பெறுகின்றார்கள்.

ஒரு பெரிய கப்பலைச் சாதாரணக் காற்றின் சுழல் வேகத்தால் எப்படி மேலே கிளம்பிச் செலுத்த முடிகின்றதோ அதுபோலப் பிரகாசப் பெருக்காலும் சரீரத்தை மேலே செல்லச் செய்யக்கூடும்.

பிரகாசக் குழாயினின்று சிறிய நரம்பின் வழியாக நேத்திர முடிவிலிருந்து காணப்படும் வஸ்துக்கள் சாதாரண மனிதர்களின் தூரதிருஷ்டியைக் காட்டிலும் அதிகப் பிரகாசம் உடைய விழியின் வழியாக அதிக தூரத்திலுள்ள பொருள்களை உணரலாம். பிரகாசத்தின் பெருக்காலேயே இதுபோலொத்த 18 வித அற்புதங்களான காரியங்களைச் செய்யச் சாத்தியமாகின்றது.

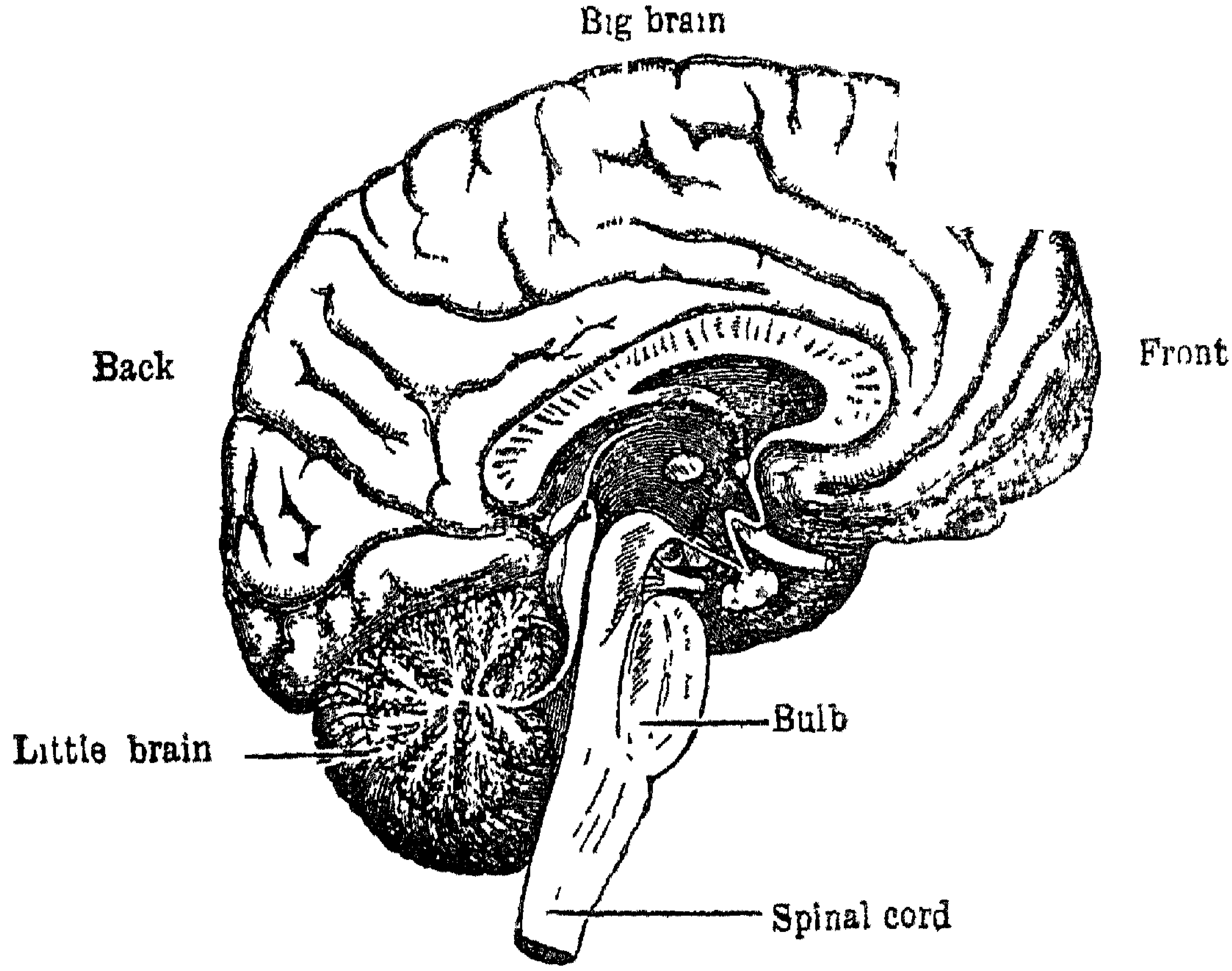
ஆனால் தமிழர்கள் எந்த நிலையைக் கூறினார்களோ அந்த நிலையையே ஆரியர்களும் கூறினார்கள்.

தமிழர்களின் மார்க்கம் சுலப மார்க்கம் என்பதும் வருவில் பெறக்கூடிய தென்பதும் தவிர ஒவ்வொரு அப்பியாசிகளும் தவறடையாமல் பலனைப் பெறுவதற்குத் தமிழர்களின் மார்க்கமே மேலானதென இனி விளக்கிக் காட்டும் விஷயத்தால் நன்கு அறியலாம்.

ஜோதி

மனித உருவத்தில் சிரசே பிரதானமானது. அதனினும் பிரகாசம் தங்கிய லிங்கமே முக்கியமானது. அவ்விலிங்கத்தின் மூலம் பிரகாச சக்தியானது அதைச் சுற்றியுள்ள பன்னிரண்டு நரம்புகளின் துவாரா மூலமாய் வெளிப்பட்டு சகல காரியங்களையும் நடத்துகின்றது.

அந்நரம்புகளில் இரண்டிரண்டாகச் சேர்ந்து ஒவ்வொரு கோளத்தில் இணைக்கப்பட்டுள்ளது. அத்தகைய கோளங்கள் ஆறு நமது சரீரத்தில் காணப்படுகின்றன.



—BRAIN CUT LENGTHWISE

அவற்றுள் பெரிய மூளைக்கும் சிறிய மூளைக்கும் இடையில் ஒரு கோளமும், கண்டபாகத்தில் ஒரு கோளமும் '(சோலார்பிளக்ஸெஸ்)' என்னும் இருதய பாகத்தில் ஒருகோளமும்

நாபியில் ஒரு கோளமும், ஆசன துவாரத்திற்குமேல் ஒரு அங் குலத்தில் ஒரு கோளமும் இருந்துகொண்டு தத் தம் தொழிலைச் செய்துகொண்டு வருகின்றன.

சரீரத்தில் செல்லும் நரம்புகள் வீணாதண்டின் பக்கத்திலேயே முதுகு பக்கம் ஓடுகின்றது. கடைசியாக ஒரு கோளமானது பிரகாச வடிவலிங்கத்துக்கு மேல் பக்கத் தில் பெரிய மூளையை அனுசரித்துக் காணப்படுகின் றது. அக் கோளத்தினிடத்தில் இரண்டு வித சத்துக்கள் இருக் கின்றன. ஒன்று வெண்மைநிறச் சத்து; மற்றொன்று சாம்பல் நிறச் சத்து. இவ்விரண்டு சத்துக்களையும் சில நரம்புகள் சரீரம் பூராவும் வியாபிக்கச் செய்திருக்கின்றன. ஆகலால் இந் நரம்பு கள் சரீரம் பூரா பாகத்திலும் வியாபித்திருக்கின்றன. அதில் சாம்பல் நிறச் சத்தானது வெளி விஷயங்களை மூளைக்குக் கொண்டுபோய்ச் சேர்க்கவும், விஷயங்களைக் காதால் கேட்க வும், அதன் பலாபலன்களை நுகரவும் செய்கின்றது. இவற்றி னால்தான் நம்முடைய மனமானது நிகழ்கின்றது. நினைப்பும் மறப்பும் ஏற்படவும் சற்று ஆழ்ந்து யோசித்தால் நினைப்பூட்ட வும் செய்வது அங்குள்ள சில நரம்புகளின் சுறு சுறுப்பையும் மந்தத்தையும் அனுசரித்ததாகும்.

வெள்ளைநிறச் சத்தானது சாம்பல் நிறச் சத்தின் உத்த ரவை நரம்புகளின் மூலம் சரீரத்தை நடக்கவும், அசைக்கவும், பேசவும், முடக்கவும் நீட்டவும் பார்க்கவும் செய்விக்கின்றது. எனவே ஒரு சத்து வெளி விஷயத்தை நினைவு மூலமாய் மூளைக்குக் கொண்டுபோய்ச் சேர்ப்பிக்கின்றது. மற்றொன்று சரீர மூலமாய்க் காரியத்தை நடத்தி வைக்கின்றது. இதனையே ஞானசக்தி, கிரியாசக்தி என்று கூறப்படும்.

இதனால் சகல காரியமும் பிரகாசத்தின் உதவியைக் கொண்டு நிகழ்வதால் பிரகாசத்தை வளர்ப்பதே அதாவது விருத்தி செய்வதே சாதனை எனப்படும்.

தமிழர் சர்வ வல்லமையுடன் அரசாண்ட காலத்தில் ஆகாய விமானமும், தூர திருஷ்டியும், ஆகாய கமனமும், பல ரூபத் தோற்றமும், பலம் பொருந்திய தேகமும் வாய்ந்தவர்களாய் இருந்தார்கள்.

இதற்குச் சில உதாரணங்களைக் குறிப்பிடுகிறேன். ஆரியர் வருகைக்கு முன் சாமவேத இலங்கை வேந்தன் என்னும் தமிழ் நாட்டு அரசன் விளங்கியிருந்த காலத்தில் அம்மன்னன் தன் தாயின் பொருட்டுக் கைலையங்கிரி என்னும் வெண் மயமான பனிக்கட்டி மூடிய மேருவைத் தூக்க முயன்றபோது தன்னால் தூக்கமுடியாமல் நசுக்குண்ட காலத்தில் கீச் கீச் என்று கத்தினான். ஆனபடியால் அவனை 'இராவணன்' என அழைத்தனர். இராவணன் என்பது வடமொழி. அதற்குத் தமிழ் மொழியில் கீச் கீச் என்று கத்தினவன் எனக் கூறு கின்றனர்.

இலங்கையின் அரசன் சிம்மாசனத்தில் அமர்ந்திருக்கும்போது அவனுடைய தலை 10 தலையாகவும் ஒரு புஜம் பத்து புஜமாகவும் விளங்கி வந்தன என்ற மொழியை வடநூலார் நாளடைவில் இராவணன் 10 தலையை உடையவன் 20 புஜமுடையவன் எனக் கூறினார்கள். நாளேற நாளேற அகோரப் பல்லையும் அவ்வுருவுக்கு அமைக்கலாயினர்.

இக்கதை ஆரியர்களின் பொய்க் கதைகளில் ஒன்றாகும். ஏனெனில் பர்மா நாட்டில் எழுதிவைத்திருக்கும் 28 இராமாயணங்களில் இந்திரனால் எழுதி வைக்கப்பட்ட இராமாயணம் ஒன்றில் இலங்கை வேந்தன் ஜீவகாருண்யத்தில் சிறந்தவன் என்றும் தன்னை எட்டுத் தரம் யுத்தகளத்தில் உயிருடன் சிறைப்படுத்தித் தனது இரங்கலுக்கு இடந் தந்து தன் மனைவிக்கு உயிர்ப்பிச்சை யளித்தானென்றும் இந்திரன் கூறியதாகச் சரித்திரம் உள்ளது. உலகத்தில் ஜீவகாருண்யத்திற்கு

இலங்கை வேந்தன் சரித்திரத்தைவிட வேறு சரித்திரம் கிடைக்க மாட்டாது எனக் கூறப்பட்டிருக்கின்றது.

தமிழ் நாட்டு வழக்கம்போல் பர்மா நாட்டில் காதல் மணம் நிகழ்கின்றது. சாதி பேதம் எங்கும் இல்லை என்ப தோடு பர்மாவில் உயிர்க் கொலை இல்லை. பிற நாட்டிலும் உயிர்க்கொலை நடவாதபடி பாதுகாப்பதற்கும் அரசன் பாடு படுகின்றான். ஆனதால் தமிழர் மேலானவர் என்பதில் ஐயமில்லை என்று அமராவதிக் கரசனாகிய இந்திரன் கூறி யிருக்கின்றான்.

தமிழர்கள் உயிர்க் கொலை நடக்கும் வடதேசம் கீழ்த் தேசம் முதலான இடங்களுக்கு ஆகாய விமானத்தின் மீது சென்று யாகங்களுக்காகச் சேகரித்து வைத்திருக்கும் மான், பன்றி, பசு, ஆடு முதலான உயிர்ப் பிராணிகளைக் காட்டிற் குள் யதேச்சாதிகாரத்துடன் செல்லும்படி செய்து வந் தார்கள்.

பலம் பொருந்திய வடநாட்டு அரசர்களால் நடத்தும் யாகங்களை வீரத் தமிழர் கலைத்து வந்தார்கள். இக்காரணத் தால் ஆரியர்கள் எண்ணியபடி யாகப் பூர்த்தியால் தாம் இஷ்ட காம சித்தியைப் பெறவொட்டாது தமிழர்கள் தடுப்ப தால் அவர்களை விரோதிகளாகவும் தங்கள் சுராபானத்தை வெறுப்பதால் அசுரர்களாகவும் தங்களால் ஜெயிக்க முடி யாததால் அரக்கர்களாகவும் அவர்கள் அழைத்து வந்தனர்.

புத்தர் கூறிய நியதிகளைத் தமிழர்கள் புத்தர் காலத் திற்கு முன்னமேயே கைக்கொண்டு ஒழுகி வந்ததால் தமிழர் களைப் புத்த மதத்தவர்களாகிய நாமும் வாழ்த்த வேண்டி யவர்க ளாகின்றோம் என்றும் அதில் எழுதப்பட்டுள்ளது.

நம நாட்டில் முதல் முதல் விமானத்தில் வந்தவர் அசோக மன்னரே யாவர். அக் காரணம் பற்றியே நாம் நமது ஆலயங்களில் அசோக உருவையும் அமைத்து வணங்கக் காரணம் ஏற்பட்டது. அசோக மன்னரே நம் நாட்டுக் கரும்பு முதலானவைகளை இந்தியாவிற்கும் இந்திய நாட்டு நெல் முதலான தானியங்களை நம் நாட்டிற்கும் பரவச் செய்தவர் எனவும் கூறப்பட்டுள்ளது.

ஆரியர்கள் கூறிய கதைகளில் இராவணன் என்னும் தமிழ் நாட்டு மன்னன் தனக்கும் தன்னுடைய மனைவிக்கும் பிறந்த பெண் குழந்தையின் ஜாதகத்தைக் கணிக்க ஜோசியரைக் கூப்பிட்டுக் கேட்டபோது ஜனித்த பெண் குழந்தை உயிருடன் இருப்பின் அரசனுடைய உயிருக்கும் நாட்டுக்கும் அழிவு ஏற்படும் என்று கூற அதைக் கேட்ட மன்னன் பரிகாரம் வினவப் பெண் குழந்தையின் உயிரை நீக்கலே பரிகாரம் எனக் கூறிய ஜோசியர்களை முனிந்து கூறியதாவது: "என்னுடைய நாட்டில் உயிர்க்கொலை கூடாது. அதனுல் என் உடல் இழப்பினும் நாடிழப்பினும் இழப்பேன். உயிர்க்கொலைக்கு மனந்துணியேன்" எனக் கூறி ஒரு பெட்டியில் காற்றுச் செல்ல வழிவிட்டுக் குழந்தையின் வயிற்றுக்கு வேண்டிய ஆகாரத்தை அளித்து சமுத்திரத்தில் விட்டபின் குழந்தை அமர்ந்த பெட்டியானது நீரில் மிதந்து ஜனக இராச்சியத்தில் செம்படவர்கள் வசம் சிக்க அச் செம்படவர்கள் அக் குழந்தையை அரசனிடம் அளிக்க அரசன் அதை வாங்கி வளர்த்து அக் குழந்தைக்குப் பூமியில் கண்டெடுத்த பெண் (சீதை) என்னும் நாமத்துடன் வளர்த்து வந்தார் எனக் கூறப்பட்டிருக்கின்றது.

ஆகாய விமானத்தில் செல்லக்கூடிய நன்மைகள் அக்காலத்தில் தமிழர்களுக்கு மாத்திரம் இருந்ததாகத் தெரிகின்றது.

பிறகு சீதையும் இராம லக்ஷ்மணரும் காட்டில் வசிக்கும்போது அவர்கள் முன்னிலையில் ஒரு தமிழன் மானைப் போல் தோன்றி மயங்கச் செய்யும் தன்மையான சித்திகளைத் தமிழர் வாய்க்கப் பெற்றிருந்தார்கள் எனப் புலப்படுகின்றது.

இத்தகைய கதைகள் ஆரியர்கள் கூறுவனவாகும். வடமொழிக் காவியங்களில் கூறியவற்றையும் தமிழ் மன்னனின் செயல்களையும் சிறிது சீர்தூக்கிப் பார்த்துப் பின் விஷயத்தை வரைகின்றேன்.

உயிர்க் கொலை தன்னுயிரிழப்பினும் நாடிழப்பினும் செய்யேன் என்ற தமிழ் மன்னனுக்கு இராக்ஷதன் என்ற பெயர் பொருந்துமா?

யாகத்தில் கொல்லத் தயாராய் வைக்கப்பெறும் மான், பன்றி, ஆடு, மாடுகளைக் காத்து ரட்சித்த அரசன் அரக்கனாய் விடுவானா?

சமீபத்தில் காஞ்சியம் பதியில் நடந்த யாகத்தில் பிராமணர் பீஜத்தைக் கிட்டிபோட்டுப் பிசைந்து சித்திரவதையால் ஆடுகளைக் கொன்று சிலர் புசித்ததை உலகம் அறிந்திருக்க இலங்கை வேந்தனையும் அவனுடைய பிரஜைகளாகிய தமிழரையும், தெலுங்கரையும் அரக்கர்கள், குரங்குகள் என்று கூறுவது நியாயமா?

தமிழ் மன்னனாகிய இராவணன் காட்டிலிருந்து சீதையைச் சிகையைப் பிடித்துத் தூக்கித் தன் தொடையின் மீது அமர்த்தி விமானமீது ஆரோகணித்து இலங்கைக்குச் சென்றான் என வால்மீகியும் சீதை இருந்த குடிசையினிடம் சென்று தன்கரம் சீதையின்மீது படாதபடி மண்ணுடன்

பெயர்த்து விமானத்தில் வைத்து இலங்கைக்கு எடுத்துச் சென்றான் எனக் கம்பரும் கூறினர். இவற்றுள் வால்மீகி யின் கதை முதன்மைப்பட்டதாலும் அதைத் தழுவியே தமிழில் இராமாயணம் கம்பரால் எழுதப்பட்டிருப்பதாலும் கம்பர் தமிழ் நாட்டார் ஒழுக்கத்திற்கு ஒத்ததாகக் கதையை மாற்றி யுள்ளார் என்பது வெள்ளிடை.

சீதையைத் தூக்கிச் சென்ற இராவணன் தனது நாட் டுச் சோலையில் பல பணிப் பெண்களுடன் வாழவிடுத்துத் தன் தோழிகளால் இதஞ் சொல்லி மனத்தைத் திருப்பப் பல நாள் முயன்றனன். இஷ்டமில்லாத ஒரு பெண்ணைப் பலாத்காரமாய்ச் சேர்தல் நீதிக்கு விரோதமென அறிந்த மன்னன் சீதைக்குப் பலநாள் போதனைகள் செய்து மனத் தைத் திருப்பிவிட முயன்றானே யொழியப் பிறர் போல் பலாத்காரமாக அபகரித்துக்கொள்ள எண்ணினனில்லை.

வடநாட்டில் மன்னர் பெண்களைப் பலாத்காரத்தால் கலந்ததாக பல கதைகள் காணப்படுகின்றன.

சுபத்திரையினிடம் வயோதிக சன்னியாசி வேடம் தாங்கி வந்த மன்னன் பிணியாளன் போல் நடித்து ஓரிரவு தனது கால்களைப் பிடிக்குமாறு பெற்றோர்களிடம் அனுமதி கேட்டுச் சுபத்திரையைப் பணிக் கழைத்து நடு நிசியில் தனித் துத் தனக்குப் பணியாற்றிக் கொண்டிருந்த மங்கையைப் பலாத்காரமாய்க் கற்பழித்து விட்டபின் தூக்கித்துக்கொண் டிருந்த பெண்ணுக்கு தனது வரலாற்றைச் சொல்லி இரு வரும் அக்கணமே வெளிப்பட்டு ஓடிவிட்டதாய்ப் பாரதம் கூறுவதை அனைவரும் அறிவர்.

ஒரு அரசனுக்கு மணஞ் செய்து கொடுப்பதாய் வாக் களித்து மணச் சடங்குகள் நிகழ்ந்து கொண்டிருக்கும்

காலத்தில் ஆலயஞ் சென்று திரும்பிவரும் மணப்பெண்ணை பலாத்காரமாய் ஸ்ரீ கிருஷ்ண பகவான் தூக்கிச் சென்று திருமணம் செய்து கொண்ட ருக்மணி கல்யாணம் அனைவருக்கும் தெரியும்.

சித்திராங்கதன் நாட்டிலே மன்னன் புதல்வி மாடியில் மயிர்கோதும் கோலத்தைக் கண்டு காமுற்ற அவ்வீதி வழியாய்ச் சென்று கொண்டிருந்த மாறுவேடதாரியாகிய அர்ச்சுனன் தான் கண்ட கட்டழகியின் பெற்றோரை விசாரித்தறிந்து அவ்விடத்தேகி மன்னனைக் கண்டு 'உன் புதல்வியின் பேரழகைக் கண்டு காதலுற்ற எனக்கு இன்றே அக்கோதையைக் கூடி இன்புற என்னை அனுமதித்தாலன்றி உன்னையும் உன் நாட்டையும் தகர்த்தெறிவேன்' என்று வீரமுடன் கூறிய வேடதாரியைக் கண்ட மன்னன் முனிந்த முகத்துடன் சிவந்த விழியுடன் கொதித்த மனத்துடன் துடித்த கரத்துடன் 'நீ யார் கொஞ்சமும் அஞ்சாது என் முன் நின்று அடாத வார்த்தைகளை யாடுகின்றாய்' எனக் கேட்க, 'என் பேர் அர்ச்சுனன் ; வில் வேந்தன் என என்னைக் கூறுவார்கள்' எனக் கூறிய பின் மன்னன் வியர்த்து நாத் தடுமாறிப் பணிவுடன் 'வில் வேந்தா ! எனக்கு உள்ளது ஒரே புதல்வி, ஆனதினால் அப்புதல்வியை உன்னுடன் அனுப்பச் சம்மதியேன். நீ வேண்டுமானால் என் புதல்வியை மணந்து சில நாள் இருந்து செல்ல அனுமதிப்பேன்' என்ற பாரதக் கதையால் சித்திராங்கதையின் பலாத்கார மணத்தை உணராதவர் இலர்.

ஆற்றின் கரையைக் கடக்க ஓடம் விடும் யௌவனப் பெண்ணைப் பார்த்து மோகித்த பராசர் ஓடத்தில் செல்லக் கூடியவர்களின் கட்டண விகிதங்கள் அனைத்தையும் தானே

கட்டுவதாய் அப்பெண்ணுக்குக் கூறித் தனித்த அப்பெண்ணுடன் ஆற்றைக் கடக்கும் சமயம் நட்டாற்றில் பலாத்காரத்தால் மணந்து வியாசரை உற்பத்தி செய்த கதையை அறிவீர்கள்.

பலே, அதிபலே என்னும் இரண்டு விதவைகளை மணஞ் செய்து கொண்டு புத்திர உற்பத்தியை உண்டு பண்ணும் காலத்தில் தோழிப் பெண்ணின் மேனியின் காதலால் பலாத்காரத்தால் மணந்து விதுரனைப் பெற்ற வியாசர் கதையை உணர்வீர்கள்.

தன்னுயிரைக் கரும்பென மதித்துப் பெண்களின் உயிரைத்திரணமாய் நினைத்துத் தான் உயிர் பிழைக்க வருடம் ஒன்றுக்கு ஒரு பெண்ணை மணந்து அதன்படி அறுபது ஆயிரம் பெண்களை மணந்து உயிர் வாழ்ந்ததாய்க் கூறும் தசரத மன்னனின் சரித்திரத்தில் பலாத்காரமாய் மூன்று மனைவிகளை மணந்த கதை சகலர்க்கும் தெரியும்.

இவ்வாறு கதைகளை நோக்கில் தன் துடையில் வீற்றிருக்கக் கூடிய பெண்ணைப் பலாத்காரம் செய்யாத மன்னன் கொடியவன் என்பது பொருத்தமாகுமா?

தெலுங்கு நாட்டை ஆண்டுவந்த வாலி என்னும் அரசனது தம்பியின் பேராசையால் இராமன் தன் காரியத்திற்குச் சகாயம் தேட சுக்கிரீவனின் சூழ்ச்சிக் குட்பட்டு மறைவில் நின்று வாலியைக் கொன்று சுக்கிரீவனுக்குப் பட்டங் கட்டிச் சேனைகளைத் திரட்டியது நியாயமெனக் கருதும் மக்கள் சுக்கிரீவனின் துரோகத்தைக் கூறாத காரணம் என்ன?

சகோதரனை வஞ்சித்துத் துரோக சிந்தையுடன் அரசைத் தனக்குக் கருதி இராமனிடம் சரண் புகுந்து அண்

ணையும் அரசையும் அழித்தது விபீஷணனின் செயலாய் இருந்தும் அவனைப் பெருமை படுத்தியது எதனால்?

சாதாரணமாய்ப் பிரஞ்சு தேசத்திலே கீர்த்தி வாய்ந்த நெப்போலியன் என்னும் ஒரு வீரன் இருந்தான். அவ் வீரன் யுத்த களத்தில் சண்டை செய்தவனாலும் சண்டைகளில் திறமையாக அணிவகுத்து யுத்தம் நடத்திய காரணத்தால் அவனைப் புகழ்ந்து கூறினார்கள்.

1914-ஆம் ஆண்டில் நிகழ்ந்த யுத்தத்திலும் அணி வகுத்த வான் ஹிண்டன்பர்க், வான் பூலோ, லார்ட் கிச்சனர் முதலானவர்களுக்கே பெருமை கூறினார்கள்.

வலிமையுள்ள மன்னனைத் தோல்வியுறச் செய்தவன் எவனோ அவனை உலகம் புகழும். அவனுக்குப் புகழ் அனைத்தும் சேர்வதுடன் முன்னிருந்த மன்னர்களின் புகழ் மாண்டு போகும் என்பதை ஆராய்ச்சியாளர் அறிவர்.

இன்றும் நாம் அனுபவத்தில் அரச மந்திரிகளின் வாழ்த்துக்களாலும் அவர்களுக்கு உண்டாகும் கீர்த்திகளாலும் மக்கள் கொடுத்துவரும் மதிப்பினாலும் வெற்றி பெற்றவர்களின் பெருமையைக் கொண்டாடும் பழக்கத்தைக் கைக் கொண்டுள்ளோம். இவ் வழக்கத்தை இன்றும் அனுபவத்தில் காண்கின்றோம்.

இதன்படி சீரும் சிறப்பும் பெருமையும் கொண்டு உன்னத நிலையில் சீர்திருத்த முறையில் வாழ்ந்து வந்த தமிழ் மன்னன் வீழ்ச்சி பெற்றதால் தமிழர்களின் பெருமை குன்றி ஆரியர்களின் கீர்த்தி சிறந்து சகலரும் ஆரியரைப் போற்றவும் அவர்களின் விதிகளைக் கைக் கொள்ளவும் முற்பட்டதில் ஆச்சரியப்படத் தக்கவை ஒன்றுமில்லை.

எனவே ஆரியர்களின் பெருமை தமிழ் நாட்டில் வளரத் தமிழர்களின் வழிபாடுகளையும் ஆரியர்கள் தழுவித் தங்கள் பாஷையையே அதற்கு மூலமாய் வைத்து அப்பாஷையிலேயே தமிழர் வழி பாட்டையும் நீதியையும் அமைத்துக் கொண்டு சாம வேத மெனப் பெயரிட்டுத் தங்கள் கொள்கைகளை நிலை நாட்டினார்கள்.

இத்தகைய சான்றுகளை உறுதி செய்ய சில கதைகளையும் கூறினார்கள். அக்கதையில் சாம வேதத்தைச் செய்தவன் தமிழ் மன்னனாகிய இராவணனே என்றும், அவன் முன் ஜென்மத்தில் தேவலோகத்தில் ஒரு தேவனாக இருந்து சாபத்தால் இவ்வுலகில் அவதரித்ததால் பூர்வஜென்ம வாசனையால் பூர்வ பாஷையாகிய சமஸ்கிருத பாஷையில் சாமவேதம் பாடினதாகச் சொல்லியுள்ளார்கள்.

இக் கதையை ஒப்புக்கொண்டாலும் தமிழ் நாட்டில் வழங்காத ஒருவருக்கும் தெரியாத பூர்வ பாஷையில் எவர் பொருட்டு நீதியைச் செய்தான் என்பது விளங்காததாலும் தனக்கே பூர்வ ஞானம் நீங்கியவுடன் படிக்க முடியாததாகியதாலும் அவ்வேதம் தேவ பாஷையில் கூறினான் என்பது பொருத்த முடையதாகாது. ஆகவே தமிழர்களின் வழி பாட்டையும் அரச நீதியையும் ஒன்று படுத்தி ஆரியர்களால் சமஸ்கிருத பாஷையில் மொழி பெயர்த்ததே சாமவேதம் எனச் சொல்லுவது மிகையாகாது. இனி அத்தகைவ தமிழ் நூலாகிய சாம வேதத்தில் கூறியிருக்கும வழிபாட்டைக் கூறுவோம்.

லிங்க வழிபாடு

பிரகாசம் என்ற பெயரால் லிங்கம் என்ற உருவை மலையின் உச்சியிலும் மரத்தடியிலும் வைத்து வணங்குவதே வழக்கி லிருந்தது.

இதன் தத்துவங்கள் நமது சரீரத்திலுள்ள பிரகா சத்தை அனுசரித்தனவாகவே காணப்படும்.

சரீர தத்துவ சாத்திரத்தின் விதிப்படி தமிழர்கள் நம் முடைய சரீரத்தில் சிரசின்கண் மூளைக்கருகிலுள்ள பிர காசம் தங்கும் லிங்க வடிவக் குழாய்க்குள்ளிருக்கும் பிர காசத்தை விருத்தி செய்வதற்கான வழிபாடுகளைக் கூறின போது அதனை இரண்டாக வகுத்து ஒன்று வெளிச்சாதனம் மற்றொன்று உள் சாதனம் எனப் பிரித்து அதற்குச் சாதக மாய் இரண்டு வாக்கியங்களை ஏற்படுத்தி யுள்ளார்கள்.

அவற்றுள் 'நமசிவய' என்னும் வாக்கியத்தை ஆதார மாக வைத்து வெளிச் சாதனத்தையும் 'சிவயவசி' என்னும் வாக்கியத்தை வைத்து உள் சாதனத்தையும் ஏற்படுத்தினார் கள்.

இதைப் பஞ்ச அட்சர வாக்கியம் எனக் கூறி ஒன்று ஸ்தூலம் என்றும் மற்றொன்று சூட்சுமம் என்றும் வகுக்கப் பட்டன.

வெளியில் கண்ணின் தோற்றத்திற்குரிய ஒரு உருவை யோ அல்லது வஸ்துவையோ வைத்துக்கொண்டு அவ்வுரு வின் எண்ணத்தோடும் தோற்றத்தோடும் பழகும்போது நமசிவய என்று சொல்லக்கூடியதும் நினைக்கக் கூடியதும் எதுவோ அதையே சகுண உபாசனை என்றும், நேத்திரத் திற்கும் மனத்துக்கும் தோற்றாதபடி உருவங்களின்றி நாம் விட்டு வாங்கும் சுவாசம் நிகழும் காலத்தில் சுவாசத்தில் சிவயவசி என்னும் நினைப்பும் கலந்து செல்லக்கூடிய வகை யில் பழகுதல் எதுவோ அதைச் சூட்சும தியானம் என்றும் நிர்க்குணஉபாசனை என்றும் கூறினர்.

'நமசிவய' 'சிவயவசி' என்ற மந்திரங்களைக் கூறித் தியானிக்கும் தமிழர்களின் சாதனம் கண்டத்திற்கு மேற்பட்ட சாதனம் என்பதால் அத்தகைய சாதன புருடர்கள் இருள் அனுபவத்தைக் காணமாட்டார்கள். அதற்கு மாறுகப் பிரகாச அனுபவமே மின்னொளி போலொத்த பிரகாச நிகழ்ச்சியி லிருந்து அகண்ட அனுபவம் வரையில் சாதனத்தால் சித்திபெறுவார்கள்.

சாதனமும் அதன் இரகசியமும்

ஸ்தூல பஞ்ச அட்சரங்களைக்கொண்டு தியானம் செய்ய ஆரம்பித்த ஒருவர் தமக்கு இஷ்டமான ஒரு உருவை எதிரில் அமைத்து அவ்வுருவை நினைத்துக்கொண்டு வாக்கிற்கு நவசிவய என்ற வாக்கியத்தையும் கொடுத்துப் பழகல் முதற்படி என்னலாம்.

இப்படிப் பழகியபின் தான் கருதி யுள்ள உருவத்தைத் தமது மூக்கின் முனையில் நிற்கப் பாவித்துத் தியானித்தல் வேண்டும்.

இதன்படி தியானிப்பதால் தம்மை யறியாமலேயே நமசிவய என்ற சப்தம் காற்றில் உறவாய் விடுகின்றது.

'நம' என்னும் அட்சரத்தை நினைக்கும்போது நாசிக்கு வெளியிலுள்ள காற்று நாசியின் உள்ளே இழுக்கக்கூடிய நரம்பின் அசைவை உண்டுபண்ணும். 'சிவ' என்ற அட்சரத்தை நினைக்கும்போது உள் நாக்கினிடம் சென்ற காற்றுச் சற்று தாமதிக்கச் செய்யும். 'ய' என்ற அட்சரம் இடைவெளியே உண்டுபண்ணும்.

இத்தகைய பேதங்களை நமது நினைப்பினுல் உண்டாகும் சப்த பேதங்கள் நரம்புகளைச் சலிக்கச் செய்து அந்தந்த நரம்

புகளுக்கு ஏத்த தொழிலைச் சுலபமாய்ச் செய்யத் தலைப்படு வதால் நமசிவய என்ற மந்திரம் உள் நாக்கிடம் காற்றை நிதானிக்கச் செய்து உள் நாக்குக்கு மேலே காணப்படும் நுண்ணிய துவாரமாகிய (பிரகாசம் தங்கியுள்ள லிங்க வடிவக் குழாய்க்குள் செல்லக்கூடிய) வழியில் பிரவேசிக்க இடந் தரும்.

இதனைப் பலர் பல வகையில் வியாக்கியானம் செய் திருக்கின்றனர்.

ஆரியர்கள் மூலாதாரத்தின் சகுண உபாசனைக்கு என்ன பொருள் கூறினார்களோ அதே பொருளைத் தமிழர் கள் மேலாதார நிலையில் கூறினார்கள்.

சூட்சும பஞ்சாட்சரம்

எப்படியெனில் சிவ என்று நினைக்கும்போது சுவாசக் குழாயி லிருந்து காற்று இயற்கையோடு மாறுபடாதபடி வெளிப்படும்; 'ய' என்ற அட்சரத்தை நினைக்கும் காலத்தில் மத்திய கதமாக வெளிப்பட்ட காற்றுக்கும் உள் நுழையப் போகும் காற்றுக்கும் இடையில் சுவாசமற்ற நிலையை உண்டு பண்ணும். வசி என்னும் அட்சரத்தை நினைக்கும்போது வெளியிலுள்ள காற்று உள்ளே செல்லும். இப்படிப் பழகு தலால் நாளடைவில் சுவாசம் குறைந்துவிடும். உள்ளே செல் லும் காற்றின் பிரவேச வேகமும் வெளியே செல்லும் காற் றின் வெளிப்படும் வேகமும் குறைந்து காணப்படும். இவ் விரண்டிற்கும் இடைவெளி தந்த 'ய' என்னும் எண்ணம் இரண்டிலும் சம்பந்த மின்றிக் காணப்படும்.

இதனை விவகரித்தவர்கள் 'ய' என்னும் அட்சரம் ஜீவன் என்னும் பொருள் என்றும், 'சிவ' 'வசி' என்னும் அட்சரங்

கள் சிவனை அதாவது அகண்ட பிரகாசத்தைக் குறிக்கின்ற தென்றும் கூறினார்கள்.

தமிழர்கள் தங்கள் வழி பாட்டில் மனத்தில் ஒரு ரூபத்தை வகித்துக்கொண்டு பல ரூபங்களை நீக்கி விடுவார்கள். ஏக ரூபத்தில் மனம் நிலைக்கக் கூடிய தன்மை வாய்ந்த பிறகு தங்கள் மனத்தில் வகிக்கும் ரூபத்தை நாசியின் முனையில் நிறுத்தி நமசிவய என்ற எண்ணத்துடன் பழகுவார்கள். அப்படி நாம் பழகுவோமானால் சாதாரணமாய் நமது எண்ணத்தில் தோன்றும் பல தோற்றங்களும் எண்ணங்களும் குறைந்து சுவாசத்தின் வேகமும் தணிந்து தேகத் தோற்றமும் உலகத் தோற்றமும் தோன்றாமலும் தோன்றியும் காணப்படும்.

அந்த நிலையின் முடிவை அறிய வேண்டிய சாதகர்கள் தாங்கள் நித்திரை செய்யும் காலத்தில் தங்களுடைய சுவாசம் போதல் வருதலை உணர்ந்து கொண்டு இருத்தலும் இலேசான சுவாசம் விட்டு வாங்கிக் கொண்டிருத்தலும் ஆகிய அனுபவம் கிடைக்கப் பெறின் ஸ்தூல பஞ்ச அட்சரத் தியானம் முடிவடைந்ததாகக் கருதிச் 'சூட்சம' பஞ்ச அட்சரத் தியானம் செய்ய ஆரம்பித்தல் வேண்டும்.

சூட்சம தியானத்தில் சிவயவசி என்ற எண்ணத்தை மனத்தில் வைத்துக்கொண்டு மனத்தைப் புருவமத்திய ஸ்தானமாகிய உள்பாக இரகசிய வெளியில் பாவித்துக் கொண்டு பின் அப்பாவனை செய்யச் செய்யத் திடீரென மின்னொளியைப் போல் பிரகாசம் தோன்றி மறையும். இதன் படிப் பிரகாசம் தோன்றி மறைதலையே முதல் அனுபவமாகக் கொண்ட தமிழர்கள் ஆரியர்களைப் போல் இருள் (சூனியம்) முதல் அனுபவம் (விநாயக தரிசனம்) என்று

கூறுமல் பிரகாசம் (முருகு) முதல் அனுபவம் என்று சொன்ஞர்கள்.

இதன்படி மின்னலைப்போலொத்த பிரகாசம் தோன்றிக்கொண்டிருந்து சில காலத்திற்குள் நீண்ட பிரகாசம் விளங்கும். இத்தகைய பிரகாசத்தில் மனம் லயப்பட்டிருக்கும்போது முகமானது சிவந்தும் மேனியுடனும் தேஜசாகவும் விளங்கும். இவ்வனுபவத்தில் நாட்கள் செல்வது தெரிய மாட்டாது என்ருலும் இதைச் சமாதி எனத் தமிழர்கள் கூறுவது கிடையாது.

இத்தகைய பிரகாசத் தோற்றத்தில் இருந்து வருபவர்கள் நேத்திரத்தை மூடிக் கொண்டும் சிலர் நேத்திரத்தை திறந்து கொண்டும், சிலர் பாதி நேத்திரம் திறந்தும் அசைவற்றுப் படுக்கையிலும் அல்லது ஆசனத்திலும் உட்கார்ந்தும் இருப்பார்கள். இத்தகையார்களுக்கு இப்படித்தான் இருக்க வேண்டும் என்ற நியதி கிடையாது. ஏனெனில் ஆரியர்களைப் போல் மலக்காற்றை மனத்தின் சகாயத்தோடு வீணைத்தண்டின் வழியே பிரம்ம ரந்திரத்திற்குக் கொண்டு வரும் சாதனம் இவர்களுக்கில்லை.

வீணைத்தண்டின் வழியே காற்றை மேலேறச் செய்யும் யோக சாதனங்களில் கழுத்தும் சிரமும் நேரே நின்று வீணைத்தண்டு நிமிர்ந்து நிற்கும் வகையில் ஆசனங்களை அமைத்துப் பழகும் சாதனங்கள் தமிழர்களுக் கவசியமில்லாததால் ஆரியர்கள் கூறும் விதிகள் தமிழர்களுக்கு அவசியமின்ரும்.

தமிழர்களின் சாதனத்தில் அமா திருஷ்டி என்றும் பௌர்ணமி திருஷ்டி என்றும் இரண்டு வகைகள் கூறப்பட்டுள்ளன. அவை யாதெனில் ஒன்று கண்ணை மூடிக்கொண்டு

பழகல், மற்றொன்று கண்ணைத் திறந்துகொண்டு பழகல். அப்படிமூடிக்கொண்டு பழகுதலால் கண்ணில் தூசி முதலானவை படிந்து விடா. கண் திறந்திருப்பதால் வெளியில் காணப் படும் வஸ்துக்கள் கண்ணிற்குப் புலனாகாதா. எனச் சிலர் சந்தேகிக்கலாம்.

கண் திறந்திருந்தால் தூசிகள் படியத்தான் செய்யும்; ஆனால் கண்ணாடியின் மேல்படியும் தூசிகள் போல் கண்ணில் தங்காமல் காற்றின் சகாயத்தால் (கண்ணாடியைத் துடைத்துச் சுத்தி செய்வதுபோல்) சுத்தி செய்யப் பெறுவதால் தூசி படிதலில் துன்பம் சம்பவியாது.

இமை கொட்டாமல் கண்ணைத் திறந்திருப்பதால் வெளித் தோற்றங்கள் கண்ணில் புலப்படல் இயல்பு. ஆனால் கண்ணில் காணப்படும் பாப்பாவின் மத்தியிலுள்ள சிறிய துவாரத்தின் வழியாய் வெளிப்படும் பிரகாசத்தால் அறியப் படும் வெளித் தோற்றங்கள் பிரகாசத்தைச் சாதன புருடர்கள் விழியின் துவாரத்தில் நுழையவிடாது உள்பாகத்திலேயே நிறுத்திக்கொள்வதால் கண் திறந்திருந்தும் அக்கண்ணின் சம்பந்தம் பொருந்தா தாதலால் தோற்றங்கள் காணப்படா.

ஆனபடியால் தமிழர்களின் சாதனத்தால் உண்டாகும் அனுபவங்களைக் கூறுவது பல படக் காணப்படவில்லை. இக்காரணம் பற்றியே ஆறு தாரம் என்று சொல்லக் கூடிய ராஜயோகம் தமிழர்களுக்கு இல்லை என்றே கூற வேண்டியிருக்கின்றது.

ஆரியர்கள் மனோ ஒருமையாலும் காற்றை அடக்கும் அடயோகத்தாலும் பிரம்ம ரந்திரத்தில் உள்ள பிரகாசத்தில்

ரமித்து அப்பிரகாசத்தைப் பெருக்குவதின் வழிகளைக் கூறியது போலவே தமிழர்களும் கூறியுள்ளார்கள்.

தமிழர்கள் கூறிவந்த மறை சாதனையினால் காற்றைப் பிரம்ம ரந்திரம் செலுத்தும் மார்க்கத்தை இதுவரை கூறி வந்தேன். இனிக் காற்றின் சாதனத்தால் மனத்தை அடக்கிப் பிரம்ம ரந்திரத்தில் காற்றையும் மனத்தையும் செலுத்தும் மார்க்கத்தைச் சொல்லத் துணிகின்றேன்.

காற்றின் சாதனம்

நாம் சுவாசிக்கும் காற்றானது நம் சரீரத்தில் உள்ள ஒரு சக்தியின் பிரபாவத்தால் போதல் வருதல்களாகிய காரியங்களைச் செய்கின்றது.

அத்தகைய சக்தியின் தத்துவங்களைச் சிறிது விளக்குகின்றேன்.

நம்முடைய சிரசில் மூளைக்கு அருகில் லிங்க வடிவான பிரகாசமாகிய சக்தி தங்கிய ஒரு உருவம் இருக்கின்றது. அவ்வுருவத்திற்குச் செறுபெலம் என்று ஆங்கிலத்தில் பெயருள்ளது.

அப்பிரகாசத்தி லிருந்து துவாரமுள்ள பன்னிரண்டு நரம்புகள் வெளிப்படுகின்றன. அப்படி வெளிப்படும் நரம்புகளின் சக்தியால் உணர்ச்சித் தன்மையும் இரத்த ஓட்டமும் நடைபெறுகின்றன.

இத்தகைய நரம்புகளில் ஏதேனும் கெட்டுவிடில் உணர்ச்சித் தன்மை நீங்கி பற்பல வியாதிகள் ஏற்படுகின்றன.

முக்கியமாக ஒரு பெரிய குழாயில் பிரகாசம் வெளிப்பட்டுக் கண்ணுக்கும் மூக்குக்கும் உச்சிக்கும் உள் நாக்குக்

கும் மத்தியில் உள்ள ஒரு வெளியில் வந்து சேர்ந்து அவ் வெளியிலிருந்து மூன்று நரம்புத் துவாரங்கள் வழியாகப் பிரவேசிக்கும்போது இரண்டு நரம்புத் துவாரங்கள் நேத்திரத் தின் பாப்பாவின் மத்தியில் முடிவடைகின்றன.

மூன்றாவது நரம்புக் குழாயின் வாயிலாக வரும் பிரகாச மானது தொண்டையில் உள் நாக்கின் மேல்பாகத்தில் ஒரு சிறிய துவாரத்தில் முடிவடைகின்றது.

அப்படி முடிவடைந்த பாகத்தில் உள்ள ஒரு எலக்டிரிக் போலொத்த சக்தியினால் காற்றின் போதல் வருதலாகிய சாதனங்கள் நிகழ்கின்றன. அந்நிகழ்ச்சியால் இருதயத்தி லிருந்து இரத்த ஓட்டமும் நிகழ்கின்றது. சுவாசக் குழாயில் சென்று திரும்பும் காற்றினால் கமலத்தை யொத்த சுவாசக் குழாய்களின் முடிவில் வந்து சேரும் அசுத்த இரத்தத்தைச் சுவாசக் குழாயிலிருந்து வெளிப்போகும் காற்று கவர்ந்து செல்கின்றது.

சுவாசக் குழாய்கள் காற்றின் போதல் வருதலால் விரிதல் குவிதல் ஆகிய காரியங்களைச் செய்கின்றன.

சுவாசக் குழாய் குவிதல் விரிதலால் தீனிப்பை வயிறு முதலியவை குவிதல் விரிதலாகிய காரியங்களை நிகழ்த்து கின்றன.

தீனிப்பை குவிதல் விரிதலால் குடலுக்குள் காற்று சென்று ஆகாராதிகளை மலசல துவார மூலமாய் வெளிப் படுத்தித் தானும் வெளிப்பட்டுவிடுகின்றது.

எனவே இத்தகைய சகல காரியங்களையும் நடைபெறச் செய்யும் காற்றைத் தன் வசப்படுத்தியுள்ள பிரகாச சக்தி யானது உள் நாக்கிற்கு மேல் பக்கம் ஒரு சிறிய துவாரத்தி

லிருந்து வெளிப்படுவதால் அத்தகைய சக்தி வெளிப்படும் துவாரத்தை ஸ்பரிசிக்கும் காரணத்தால் சுவாசம் தடைப் பட்டுவிடும். இம் முறை தமிழ் வேந்தனும் சாம வேத கர்த் தனுமாகிய இலங்கை வேந்தன் கூறினது.

நமது நாக்கை வளைத்தால் அந்நாக்கானது உள் நாக்கின் மேல் பாகத்தைத் தொடமுடியாதபடி தடுக்கும் ஒரு நரம் பானது நாக்கின கீழ்ப்பாகத்தில் இருந்துகொண்டு தடை செய்வதால் அத்தகைய தடை செய்யும் நரம்பின் மேல் கரிசலாங்கண்ணி என்னும் பச்சிலையையும் உப்பையும் சேர்த்து தினப்படி காலையில் தேய்த்து வரப் பன்னி ரண்டு ஆண்டில் அந்நரம்பு அறுபட்டுப் போய்விடும். அப் படிக் கில்லையானல் தர்ப்பைப் புல்லைக் கொண்டு அந்நரம் பைத் தேய்த்து வர ஓராண்டில் அந்நரம்பு அறுபட்டு விடும்.

இதையும் ஒப்ப முடியாதவர் கத்தியினல் மேற்படி நரம்பை நாக்கை வளைத்துத் தடித்துக் காணும் நரம்பின் கீழ்ப்பாகத்தில் அறுத்து விட்டு அறுபட்ட இரணம் ஆறு வதற்கு மஞ்சள் பொடியைப் போடும்படிக் கூறியுள்ளார். வேண்டுமானல் இக்காலத்தவர்களுக்கு அம்முறையை நீக்கி நரம்பை அறுப்பதற்கு முன் அப்பாகத்தில் உணர்ச்சி யற்றுப் போகும் மருந்தாகிய கொகெயின் என்னும் ஒன்றைத் தடவி அறுத்த பின் டிங்சர் அயடைன் என்னும் இரணம் ஆற்றும் மருந்தால் இரணத்தை ஆற்றிக் கொள்ள லாம்.

நான் இதை ஒரு சமயம் எழுதி யிருந்ததைப் பார்த்த எனது நண்பர்கள் சேலத்தில் நாராயணசாமி என்பவரும் பரமசிவ சுவாமிகளும் அவர்களின் சீடர்களுமாகிய சுமார் 15 பேர்கள் நாக்கின் கீழ்பாக நரம்பை ஒருவருக் கொருவர்

கத்தி கொண்டு அறுத்துவிட்டு நாக்கை வளைத்து உள்நாக்கின் மேல்பாக துவாரத்தைத் தொடச் செய்து கொண்டு ஆகாரமின்றியும் சுவாசம் வெளிப்படாமலும் மாதக் கணக்கிலும் நாள் கணக்கிலும் உறக்கமின்றி உட்கார்ந்திருக்கின்றார்கள். அவர்கள் என்னைப் பார்க்க வேண்டிச் சென்னைக்கு வந்தார்கள். அக்காலத்தில் அவர்கள் கூறியதாவது: நாக்கை வளைத்துத் தியானம் செய்வதால் ஒருவித ஆனந்தமும் பசியின்மையும் வெளி நாக்கிற்குத் தேன் உண்பது போலொத்த இனிப்பையும் உறக்க மின்மையையும் தருவதோடு நீண்ட நாள் உட்கார்ந்திருக்கவும் சாத்தியமாகின்றது. ஆனால் இதரர் எங்களைப் பார்த்துப் பெரிய சாமியார்களாகப் பாவித்துக்கொண்டு ஆயிரக் கணக்கில் காலில் விழுவதும் பழம் பால் முதலானவை வழங்குவதும் எங்களைத் தூக்கிச் செல்வதும் பவனி வருவதும் அலங்கரிப்பதும் வரம் கேட்பதும் ஆகிய பல விஷயங்களின் மூலம் எங்களுக்கு இம்சை ஏற்படுவதால் நாங்கள் மனித சஞ்சாரமில்லாத இடத்தில் ஒருவரும் பார்க்க முடியாதபடி இருந்து காலஞ் செலுத்திச் சாதனத்தின் முடிவை அடையக் கருதி மலைவாசத்திற்குப் போவதாகக் கருதுகின்றபடி சில சந்தேகங்களை உங்களிடம் கேட்டுத் தெளிய இங்கு வந்தோம் என்று கூறிப் போனார்கள்.

பாம்பின் நாக்கானது நீண்டிருப்பதால் சுலபத்திலும் சுவபாவத்திலும் நாக்கை வளைத்து மேற் சொல்லிய துவாரத்தைத் தொடுதலால் ஆயிரம் வருடம் உயிரோடு வாழப் பாம்பிற்குச் சாத்தியமாகிறது. அதுபோலவே மனிதர் உயிர்வாழச் சாத்திய மென்பது தமிழர்களின் வழிபாட்டால் விளங்கும்.

தீனிப் பைக்குள் காற்றைச் செலுத்திக் குடல் மலப்பை முதலானவைகளைச் சுத்தப்படுத்த வேண்டுமானால் நாக்கின் இரண்டு பக்கங்களையும் வளைத்துக் குழாய் வடிவமாய் நாக்கைச் செய்துகொண்டு உதட்டுக்கு வெளியில் நாக்கைக் குழைத்த வகையில் நீட்டிக்கொண்டு வெளியிலுள்ள காற்றைச் சுவாசிக்கவேண்டும்.

இதன்படி சுமார் அரைமணி நேரத்திற்குக் குறையாமல் காற்றை இழுத்துத் தீனிப்பைக்குச் செலுத்தியபின் தீனிப்பை வயிறுர உணவு உண்டதுபோல் தோன்றுமானால் காற்றை இழுக்காமல் நிறுத்திக்கொள்ள வேண்டும்.

இதன்படி சுவாசிப்பதால் நாக்கின் ஸ்பரிசத்தோடு உட்செல்லும் காற்றானது குளிர்ந்து காணப்படும். அத்தகைய குளிர்ந்த காற்றால் நாவரட்சி நீங்கிவிடும். எத்தகைய கோடையினாலும் வழிப்பிரயாணத்தினாலும் இச் சாதனத்தால் நாவரட்சி உண்டாகாமல் தடுத்துக் கொள்ளலாம்.

குழைவுபட்ட நாக்கின் மத்தியில் காணும் சிறிய துவாரத்தால் இழுக்கப்பட்ட காற்றானது வேகமாக உள் நுழையும். அதுசமயம் இயற்கையாக நாம் விட்டு வாங்கும் காற்று குரல்வளைக்குச் சென்று திரும்புவதுபோல் அல்லாமல் வேகத்தின் காரணத்தால் தீனிப்பையிலும் செல்லச் சாத்தியமாம்.

நாம் நீர் அருந்தும் போதும் ஆகாரம் புசிக்கும் போதும் தொண்டையை அழுத்தி விழுங்குவது போல வளைந்த நாக்கின் துவார வழியில் வேகமாய் இழுக்கும் காற்றைத் தொண்டையி லிருந்து தீனிப்பைக்குப் போய்ச் சேரும்படி விழுங்க வேண்டும்.

இதன்படி தீனிப்பை நிறையும் அளவு காற்றைப் புசித்தபின் பசி நீங்கிவிடும். ஆயாசம் மாய்ந்து விடும். சரீரம் இலேசாகக் காணப்படும்.

இந்தச் சாதனம் செய்யப்பட்டவர்கள் ஆகாரமின்றி உயிர்வாழலாம்.

காற்றைத் தீனிப் பைக்குள் நிரப்புவதால் சரீரம் எத் தகைய பளுவான வஸ்துக்களையும் தாங்கும் தன்மையைப் பெறும்.

தீனிப் பைக்குள் காற்று நிறைந்திருப்பதால் நாள் ஒன்றுக்கு நூறு மைல் நடக்கச் சாத்தியம் ஏற்படும். நடக்கும்போது இலேசாகச் சரீரத்தைத் தள்ளிக்கொண்டு போவதுபோல் வயிற்றில் உள்ள காற்று தள்ளிக் கொண்டே விரைவில் செல்லும். இத்தகையார்களுடன் சாதாரண மனிதன் நடக்கச் சாத்தியப்படமாட்டாது. ஆதலால் இவனைச் சித்தன் என்பர்.

காற்றைத் தீனிப்பைக்குள் செலுத்திய பின தடாகத்தில் மூழ்கினால் சரீரம் நீருக்குள் அழுந்த மாட்டாது. ஆனால் தெப்பம் போல் சரீரம் நீர்மேல் மிதக்கும். இப்படி மிதந்து கொண்டிருக்கும் காலத்தில் சில மணி நேரம் கழிந்தால் மெல்லென சிறுகச் சிறுகக் குடல்வழியாய் ஆசனத்துவார மூலமாய்க் காற்று வெளிப்பட்டுப் போய் விடும்.

அப்படி வெளிப்படும் காரணத்தால் தீனிப்பையிலுள்ள காற்றானது குறைந்துகொண்டே வந்து கடைசியாய் 6 மணி நேரத்திற்குள் தீனிப்பை காலியாகிவிடும். அந்தச் சமயம் சரீரம் நீர்க்குள் மூழ்க முயலும்.

இதை அறிந்த நீரில் மிதப்பவர் மீண்டும் நீரில் மிதந்து கொண்டே தீனிப் பைக்குள் காற்றைச் செலுத்தித் தீனிப் பையை நிறப்பிவிடலாம்.

இம் முறைப்படி எத்தனை நாட்கள் வேண்டுமானாலும் நீர்மேல் மிதக்கலாம்.

நீர்மேல் மிதப்பவரைப் பார்த்து ஏனையோர் ஆச்சரிய முற்று இவர் சித்தி வாய்ந்த பெரியார் என மதித்து அவருக்கு வேண்டிய உபசாரங்களைச் செய்து அவர் மனத்தைத் திருப்தி செய்வதன் மூலம் ஆசீர்வாத அனுக்கிரகங்களை அடையலாமென அவரைக் கொண்டு அவர் பிறகே சுற்றித் தனக்குள்ள பொருள்களை வீணில் அழித்து முடிவில் பிழைக்க வகையின்றித் தானும் அவர் போல் வேடமிட ஆரம்பிப்பதை அனுபவத்தில் நான் கண்டுள்ளேன்.

சுமார் 1912 ஆம் ஆண்டு சென்னை வியாசர்பாடி ஆனந்த ஆஸ்ரம தோட்டத்தில் ஒரு நாள் இரவு 12 மணிக்கு நானும் எனது ஆச்சாரியர் கரபாத்திர சிவப்பிரகாச சுவாமிகளும் சாது ஸ்ரீ முத்துக் குமாரசாமி சுவாமிகளும் பேசிக் கொண்டிருந்தபோது மொட்டை யடித்துக்கொண்டு யோகப் பட்டையையும் யோக தண்டத்தையும் கையிலேந்திக்கொண்டு அந்நடு நிசியில் தனித்து வந்த அம்மடத்தின்கண் அமைக்கப் பட்டுள்ள யோகானந்தர் சமாதிக் கட்டடத்தின் உட் புகுந்து மௌனமாய் உட்கார்ந்த ஒரு உருவத்தைக் கண்ட நாங்கள் சற்று நிதானித்து யார் என்று கேட்டோம். அதற்குப்பதில் வாராமையால் நான் சென்று பார்த்து வருவதாய்ச் சுவாமிகளிடம் கூறினபோது சுவாமிகள் தடுத்ததால் அவர் வார்த்தையைத் தட்ட முடியாமல் தயங்கி நின்றுவிட்டேன்.

இது நடந்த சில நிமிடங்கள் கழிந்ததும் சுவாமிகள் நித்திரைக்குச் சென்று விட்டார்.

அவர் நித்திரை செய்யும் வரை காத்திருந்து அயர்ந்து நித்திரை செய்தபின் அங்கிருந்த அரிக்கன் தீபத்தைக் கையி லேந்தி உருவம் தோன்றிய இடத்திற்கேகி தீபத்தால் அவ் வுருவை நோக்கியபோது அவ்வுருவானது அடிக்கடி சுவாமி களிடம் வந்து கொண்டிருந்த சூளை வாசியாகிய ஸ்ரீமான் குப்புசாமி முதலியார் என உணர்ந்தேன்.

உணர்ந்த பின் அவரை ஏன் இக்கோலம் கொண்டீர் என வினவியபோது தான் மௌனமாய் இருந்தார். பின் மௌனத்தின் இலட்சியங்களை அவருக்கு எடுத்துச் சொல் லிய பின் பேசத் தொடங்கினார்.

அவர் பேசிய விஷயங்களிலிருந்து அவர் வெளிநாட்டிற் குச் சென்று சில நாள் கழிந்தபின் திரும்புவது நலம் என அவருக்குக் கூறினேன்.

மறுநாள் ஸ்ரீமான் குப்புசாமி முதலியார் அவர்கள் அங்கு இருப்பதையும் அவரிடம் நான் சென்று வார்த்தை யாடினதையும் கேட்ட சுவாமிகள் நீர் நிரம்பவும் மனோ தைரியமுடையவர் எனப் பதிலிறுத்துப் பின் முதலியாரைக் கூப்பிட்டு இனி உமக்குக் குப்புசாமி முதலியார் என்னும் பெயர் வேண்டாம் என்று கூறிச் சச்சிதானந்தம் என்று பெயரிட்டு வெளியூருக்குப் போகும்படி உத்தரவளித்தார். அதன்படி சிலகாலம் கடப்பை என்னும் ஊரில் தங்கியிருந்து தனக்குச் சமாதி கட்டிக் கொள்வதற்காகப் பொருள் தேடத் தேசம் தோறும் திரிய முற்பட்டார். அப்படி முற் பட்ட காலத்தில் மக்களிடம் மயக்கத்தை உண்டு பண்ணும் மேல் சொன்ன நீரில் மிதக்கும் தந்திரத்தைக் காட்டினார்.

இதைக் கண்ட மக்கள் ஆயிரக்கணக்காகச் சென்னைமா நகரில் கூடிவிட்டார்கள்.

அவர் முதல் முதல் கிருஷ்ணப்ப நாய்க்கன் குளத்தில் 3 மணி நேரம் மிதந்துகொண்டு சில சிலோகங்கள் பாடினார்.

இரண்டாவதாகப் பட்டணம் கோயில் குளத்தில் மிதக்கச் சென்றபோது அக்குளத்தில் அநேக குஜராத்தி வாலிபர்களும் இவரைப் போல் மிதக்கலானார்கள்.

இல்லறத்திலுள்ள இளைஞரும் மிதப்பதைப் பார்த்த மக்கள் சாமியாரின் பேரில் வைத்த பக்தியை விட்டார்கள்.

பிறகு சுவாமிகள் மலாய் நாடுகளுக்குச் சென்று தனக்கு வேண்டிய திரவியாதிகளைத் திரட்டி மடத்தையும் புதுப்பித்து அம்மடத்தையும் விட்டகன்று தமது பூர்வ இல்லத்தில் அச்சுயந்திரம் வைத்துக்கொண்டு யோக நூல் பிரசுரித்து வருகின்றார்.

நீர் மேல் மிதப்பதால் உலகம் மிதப்பவனை யோகி என்றும் ஞானி என்றும் கூறுவது சகஜம் என்பதைக் காட்டவே இச் சம்பவத்தை இங்குக் குறிப்பிட்டேன்.

சூரிய வெளிச்சம்

நோயற்றுச் சுகவாழ்வில் வாழ்வதற்குச் சூரிய வெளிச்சம் இன்றியமையாதது.

இயற்கையான சிகிச்சைகளில் சூரிய ஒளியின் சிகிச்சை மேலானது. காலையில் எழுந்திருந்து மல ஜலம் கழித்து கை கால் சுத்தி செய்தபின் சூரிய உதயத்திற்கு நேரே நின்று சூரிய வொளியை உற்றுப்பார்க்கவேண்டும்.

காலை $5\frac{1}{2}$ மணிக்கும் மாலை 6 மணிக்குச் சூரிய ஒளி குறைந்து காணப்படுவதால் அதுசமயம் சூரியனைப் பார்க்கும் நமது கண் கூசாது. சூரியனைப் பார்க்க சாத்தியமாகும்.

கண்ணின் சுத்தம்

கண்ணை நேராக சூரியனைப் பார்க்க இரண்டு நிமிடம் கொடுத்து பிறகு வட பாகத்திலும், இடபாகத்திலும் விழியைத் திருப்பிப் பார்க்க வேண்டும். அதன் பின் மேல் இரப்பையையும், கீழ் இரப்பையையும், கடைசியாக இரண்டு இரப்பைகளையும் நீக்கி ஒவ்வொன்றிற்கும் 2 நிமிடம் பார்க்கச் செய்ய வேண்டும். இதனுல் கண்ணிலுள்ள கிருமிகள் நாச மடைந்து நாற்றம் நீங்கி கண்ணின் மூலம் பிரகாச சக்தி மூளையின் கீழ் காணப்படும் லிங்கம் என்ற (பல்ப்) பிரகாசம் தங்கிய இடத்திற்குச் சென்று சக்தியை அதிகரிக்கச்செய்து ஆயுளை விருத்தி செய்யும்.

சகல நோய்களையும் நிவர்த்திப்பதற்குச் சூரிய ஒளி சஞ்சீவி ஆவதுடன் சுலப சாத்தியமென்பது விளக்கிக் காட்டப்படும் கீழ்வரும் விஷயங்களால் நன்கு உணரலாம்.

சூரிய வெளிச்சம் இல்லாத குளங்களில் உள்ள நீர் நாற்ற மடைந்து புளிப்பேறி விஷக் கிருமிகள் பெருத்துக் காணப்படுவதைக் காண்கின்ருேம்.

சூரிய உஷ்ணம் தாக்காத செடிகளோ அல்லது மரத் தடியில் வளர்க்கப்பட்ட செடிகளோ எவ்வளவு போஷிக்கப் பட்டாலும் சீர்பெற வளர்வ தில்லை.

சூரிய உஷ்ணம் தாக்காத மாடியின் கீழ் வைக்கப்பட்ட செடிகளுக்கு வேண்டிய அளவு நீர் வேளை தவருது ஊற்றி உயர்ந்த உரங்களைக் கொட்டி வளர்ப்பினும் அழுகி நாற்றம் கிளம்பி அழிவதை நாம் காண்கின்ருேம்.

சூரிய உஷ்ணம் தாக்காத செடிகளிடத்தில் உற்பத்தி யாகும் வர்க்கங்கள் உருசி யற்றனவாய்க் காணப்படுவதை நாம் அறிகின்ருேம்.

நன்றாகச் சூரிய உஷ்ணம் செடிகளின் மேல் தாக்கும் காலமாகிய சித்திரை, வைகாசி மாதங்களில் உண்டாகும் காய் வகைகளும், கனி வகைகளும் ருசியைத் தருவதை நாம் உணர்ந்திருக்கின்றோம்.

சித்திரை வைகாசி மாதங்களில் புஷ்பிக்கும் மல்லிகை சண்பகம் மரு தவனம் முதலான புஷ்பங்கள் மணம் அதிக மாய் உடையவையாய்க் காணப்படுவதை நாம் அறிந்திருக்கின்றோம்.

சூரிய உஷ்ணம் நன்றாய்த் தாக்கும் காரணத்தால் செடிகள் செழித்து இலையும் பூவும் பழமும் குலுங்கக் காய்த்து ஆனந்திப்பதை நாம் பார்த்து வருகின்றோம்.

எனவே சூரியப் பிரகாசத்தைக் கிரகித்துச் சகல மரங் களும் செடிகளும் கொடிகளும் செழித்துக் காய்ப்பதை அறிந்த நாம் சூரிய உஷ்ணத்தின் பெருங் குணத்தை ஆராய்ந்து அனுபவிக்க முற்படுவது இல்லை என்பது மிகை யாகாது.

சூரிய வெளிச்சம் செடிகளை வாழச் செய்வது போலவே நம்மையும் வாழச் செய்யப் பயன் படுகின்றது.

சூரிய வெளிச்சத்தால் செடிகளை அழிக்கும் விஷக் கிருமிகள் எப்படி நாசமடைகின்றனவோ அதுபோல நம் முடைய தேகத்தில் காணப்படும் நோய்க்குக் காரணமாகிய விஷக் கிருமிகளும் நாசமடையும்.

சூரிய வெப்பத்தில் வேலைசெய்து தமது சரீர அவயவங் களில் சூரிய உஷ்ணம் தாக்கும்படி வாழ்பவர்களுக்குச் சர்ம ரோகங்களும், புண், கட்டி முதலான பாதைபடக் கூடிய நோய்களும் உண்டாவதில்லை.

குடிசைகளைக் கட்டிக்கொண்டு பெரும்பான்மையான காலத்தைத் திறந்த வெளியில் கழிப்பவர்களுக்கு க்ஷய ரோகம், காசரோகம், சுரம் முதலிய வியாதிகள் உண்டாவதில்லை.

திறந்த தாழ்வாரங்களிலும் வெயில் தாக்கும் அறைகளிலும் வாசம் செய்யும் நோயாளியின் நோயானது சூரிய உஷ்ணம் தலை காட்டாத அறைக்குள் வசிக்கும் நோயாளியைக் காட்டிலும் குறைந்த நாளில் குணமடைவதை இக் காலத்தில் ஆஸ்பத்திரிகளில் பார்க்கலாம்.

ஆஸ்பத்திரிகளில் சூரிய உஷ்ணத்தின் அவசியத்தைக் கண்டு பிடித்து நோயாளிகளுக்கு (சன்ரேஸ் டிரீட்மெண்ட்) என்னும் சூரிய உஷ்ண சிகிச்சையைச் செய்து வருகின்றார்கள்.

ஆரியர்கள் முற்காலத்தில் வட நாடாகிய சூரியஉஷ்ணம் குறைந்த மேட்டுத் தேசங்களில் வசித்து வந்ததால் சூரிய நமஸ்காரத்தின் விதியைக் கூறினார்கள்.

வடநாட்டில் சரீரத்தைக் குளிருக்கஞ்சி எக்காலமும் மூடி வைக்கும் பழக்கம் இருப்பதால் ஒரு சமயமாவது சரீரம் சூரிய உஷ்ணத்தில் படுவதற்கு வேண்டிய சில விதிகளைக் கூறினார்கள். தென்னாடாகிய தமிழர்களின் நாட்டிலே குளிர் இன்மையால் யாவரும் ஆடையின்றிச் சூரிய ஒளி தம் சரீரத்தில் வீசும்படி எப்போதும் வேலை செய்து வருவதால் சூரிய நமஸ்காரம் தமிழர்களின் விதிகளில் கூறாது விடப்பட்டது.

செடிகளுக்குப் போதுமான நீரில்லா திருப்பின் சூரிய உஷ்ணத்தால் கெடுதி சம்பவிப்பது போலவே நமக்கும் போதுமான ஆகாராதிகள் இல்லாமல் சூரிய உஷ்ணத்தில் வேலை செய்வதால் கெடுதி சம்பவிக்கும்.

பயிர்த் தொழில் செய்யும் விவசாயிகள் சூரியனில் காய்வதால் உரம் பெற்ற சரீரத்தோடு நோயற்று உயிர் வாழ்கின்றார்கள்.

சூரிய உஷ்ணத்தினால் உண்டாகும் பலனை ஆராய்ந்த ஜெர்மானியர் இதற்கு முன் வழங்கி வந்த உடைகளை மாற்றி இப்போது மர்ம ஸ்தானத்தை மாத்திரம் மறைத்து மற்றப் பாகங்களை மூடாது சூரிய உஷ்ணமும் காற்றோட்டமும் சரீரத்தில் நன்றாய்த் தாக்கும்படி உயிர் வாழ வேண்டும் எனத் தீர்மானித்து விட்டனர்.

பள்ளி மாணவர்களையும் கட்டடங்களில் படிக்க விடாது திறந்த தேகத்துடன் படர்ந்த வெளியில் மரத்தடியில் படிக்கப் பாடசாலைகளை அமைத்து விட்டனர்.

சூரிய ஒளியும் காற்றோட்டமும் படாதபடி காலில் ஜோடு அணிவதும் மேல் ஜோடு போடுவதும் அநாகரிகமும் நோய்க் கிடமானதும் என உணர்ந்து அவைகளை நீக்கிக் காலிற்குப் பர்மா நாட்டாரைப்போலும் தமிழர்களைப் போலும் செருப்பை உபயோகிக்க முற்பட்டு விட்டனர்.

சில தீவிர ஆராய்ச்சிக்காரர் நிர்வாண வாழ்க்கையே சுகாதாரத்திற்கு மேலானது என ஆராய்ந்து ஆயிரக் கணக்கான மக்களைச் சங்கங்கள் கூட்டி நிர்வாண வாழ்க்கையில் ஈடுபடுத்துகின்றனர்கள்.

வைத்திய நிபுணர்கள் இக் காலத்தில் காணப்படும் கொடிய வியாதியாகிய க்ஷயரோக சுரத்திற்கு (ஓப்பன் ஏர் டிரீட் மெண்டையே) திறந்த வெளியின் வாழ்க்கையே அந் நோயைப் போக்கும் மார்க்க மெனக் கூறிவருகின்றார்கள்.

எனவே சூரிய வெளிச்சத் தாக்குதலோடு உயிர் வாழ்வதால் அதிக ஆடைச் செலவுகளும் குறைந்து, வைத்தியத்

திற்குச் செலவிடும் பொருளும் மிகுந்து, நீண்ட நாள் உயிர் வாழவும் ஏற்படுவதால் சூரியனில் காய்தல் சாலச் சிறந்த தென்பதில் ஐய மின்றாம்.

சாமி ராம தீர்த்தர் என்னும் பெரியார் தாம் கூறிய உபந்யாசத்தில் தன்னைத் தான் உணரும் மார்க்கம் என்று கூறியதில் சூரிய நமஸ்காரத்தின் பெருமையை நன்கு விளக்கியுள்ளார்.

காலையில் உதயமாகும் சூரியனைத் தரிசிப்பதால் மன ஒருமையும் தேக பலமும் ஆயுள் விருத்தியும் ஆனந்தம் பெருக்கும் அடையலாம்.

சூரிய வெளிச்சத்தைப் பயன் படுத்திக்கொள்ள வேண் டும் என்ற ஊக்கம் எல்லா நாட்டிலும் ஏற்பட்டிருப்பதால் இனிச் சூரிய உஷ்ணத்தினால் உண்டாகும் அரும் பயன்களை நாம் அடையலாம்.

நம்முடைய சரீரத்தை ஒழுங்குபட நடத்துவது சூரிய உஷ்ணத்தின் பெருமை என்பது போலவே சகல இயந்திரங் களையும் மின்சார சக்தியால் உலகத்தையும் அதில் உண்டா கும் இயந்திரங்களையும், மின்சார விளக்குகளையும், விலை பொருள்களையும், ரயில் வண்டிகளையும் ஆகாய விமானங்களை யும் மற்றும் உள்ள சகலவற்றையும் சூரிய உஷ்ணத்தால் நடைபெறச் செய்யலாம் என்ற முடிவிற்கு மேல் நாட்டார் வந்திருக்கின்றனர். சூரிய உஷ்ணத்தின் பெருமையைக் கூறவும் முடியுமா!

தமிழ் நாட்டிலே உயிர் வாழ அமைக்கப்படும் இல்லங் களை அமைக்கும் விதிகளில் முக்கியமாய் வீட்டின் மத்தியில் சூரிய உஷ்ணம் தாக்கும்படி வாயில் அமைத்து அதைச்

சுற்றி அறைகளைப் புதுப்பித்து வாழ்வதை முறையாகக் கொண்டனர்.

கிணறுகளையும் சூரிய உஷ்ணம் தாக்கும்படி அமைப்பர்.

சூரியனின் பார்வை இல்லாத வீட்டில் குடியிருப்பின் வியாதிவரும் என்று கூறி வைத்தனர்.

இவ்வழக்கம் இக்காலத்தில் மாறுபட்டு வருவதை நாக ரிக மெனக்கருத இயலாது. வட நாட்டாரால் அமைக்கப் பட்ட இல்லங்களிலும் அநேக பேதங்கள் உண்டு.

அவற்றுள் சூரிய உஷ்ணம் ஒவ்வொரு பாகத்திலும் தாக்கும்படி அமைப்பது பாராட்டக்கூடியது.

தமிழர்கள் சூரிய உஷ்ணம் படாத குளத்தில் நீர் அருந்த மறுப்பதை மற்றத் தேசத்தவர்கள் அதன் உண்மை விளங்காமல் ஏளனம் செய்கின்றனர்.

சூரிய உஷ்ணத்தின் பெருமையை உணராத காரணத் தால் நகர வாசங்களுக்குச் சூரிய உஷ்ணம் தாக்காதபடி நீரை மூடிவைத்து உபயோகிக்கச் செய்கின்ற மார்க்கமாகிய குழாய்களை ஏற்படுத்தியுள்ளனர்.

இம்முறை தமிழர்களின் விதிக்கு மாறுபட்டதும் சுகக் கேடானதும் என்பதில் தடையில்லை.

நம்முடைய சரீரத்தை அழுகிப் போகாமலும் நாற்ற மடையச் செய்யாமலும் சுகமாக வாழ்விப்பதற்கு ஆதார மாய் இருப்பது சூரிய உஷ்ணமே.

தேக சுத்தம்

தேகத்தை வெயிலில் இரண்டு நிமிடம் காயவைத்து பிறகு இருகைகளையும் தூக்கி இரண்டு அக்குள்களையும் சூரிய

வெளிச்சம் தாக்குமாறு செய்ய வேண்டும். அதன்பின் முதுகைக் காட்டல் வேண்டும்.

இவ்வாறு ஒவ்வொரு நாளும் காலை மாலைகளில் செய்தால் சரீர ஆரோக்கியமும் நோயற்ற நீண்ட ஆயுளும் புத்திக் கூர்மையும் உண்டாகும்.

தேகத்தைச் சுத்தமாக வைத்துக்கொண்டால் மனத்திற்குச் சுகம் கிடைக்கும். ஆதலால் தேகத்தை நோயணுகாதவாறு காத்துக் கொள்ளல் வேண்டும்.

சூரிய உஷ்ணத்தால் நாம் எவ்வாறு சுகமாக உயிர் வாழ முடியுமோ அதுபோலக் காற்றின் பரிசத்தாலும், உபயோகக் கிரமத்தாலும், நீரின் பரிசத்தாலும் உபயோகக் கிரமத்தாலும் சுகமாக உயிர் வாழலாம்.

காற்றின் பரிசம் நமது சரீரத்தில் உள்ளும் புறமும் நன்முகப் பரவும்படி வாழல் வேண்டும்.

காற்றின் பரிசம் சரீரத்தில் படாதபடி காற்றில்லா அறையிலோ அல்லது சரீரத்தை ஆடையாதிகளால் மூடியோ சற்று நேரம் இருப்போமானல் நம்முடைய சரீரமும் சரீரத்தில் அணிந்திருக்கும் ஆடையும் நாற்ற மடைந்து விடுவதை நாம் கவனித்து வருகின்ரேம்.

திறந்த சரீரத்தோடு காற்ரேட்டமான இடத்தில் உயிர் வாழும் மிருகாதிகளுக்கும், பட்சி சாதிகளுக்கும் நோய் அடிக்கடி வாராததை நாம் அறிந்திருக்கிரேம்.

வயலில் வேலை செய்யும் மனிதனுக்கு ஈளை, இருமல், காசம், க்ஷயம் முதலான வியாதிகள் உண்டாவதில்லை.

ஏனெனில் திறந்த வெளியில் காற்ரேட்டம் தன் சரீரத்தில் நன்ருய்த் தாக்கும்படியும், நல்ல காற்றைச்

சுவாசித்தும் வருவதால் அத்தகையோருக்குச் சுவாசக் குழா யின் வீக்கம் முதலான இருமலுக்கு ஏதுவான துன்பங்கள் நேரிடுவ தில்லை.

எனவே காற்று சரீரத்தின் மீது நன்ருகப் படும்படி நாம் செய்து கொள்ளுவது சுகாதாரத்திற்கு நல்ல வழி யாகும். சிலர் காற்று சரீரத்தில் படாதபடி காத்துக்கொள் ளக் கருதி அனைவரையும் காற்றில் செல்ல வேண்டாம், மார்பைத் திறந்து வைத்தால் காற்றுப்பட்டு வியாதி சம்ப விக்கும் என்று கூறி அங்கியைத் தரிக்கச் சொல்லுகின்றனர்.

இவர்களின் எண்ணம் சரீரத்தில் காற்றுப்பட்டால் சீதளம் உண்டாய் விடும் என்பதே.

மக்கள் பழக்கத்தில் திக்கற்றவனும் யோகம் செய்ய முற்பட்டவனும் சரீரத்தை நீடித்து வைத்துக்கொள்ள ஆசைப்பட்டவனும் பிறர் உதவியின்றி உயிர் வாழ முற்பட் டவனும் ஆகிய ஒருவனைச் சந்நியாசி என்று அழைப்பர்.

அத்தகையோன் நோயற்றுச் சுகமாக உயிர் வாழ அனுஷ்டிக்க வேண்டிய விதிகள் சில கூறி வைத்துள்ளனர்.

அத்தகைய விதிகளில் முதன்மையானது கௌபீனத் துடன் திறந்த வெளியில் காற்ருேட்டத்தில் உயிர் வாழ வேண்டும் என்பதே யாகும்.

திறந்த வெளியில் ஆடையின்றி உயிர் வாழ்பவனுக்கு ஸ்நானம் செய்ய வேண்டிய அவசியம் இல்லை.

நீரில் மூழ்கித் தேகத்தை எவ்வாறு சுத்தம் செய்து கொள்ளுகின்ருேமோ அது போலக் காற்றிலும் மூழ்கித் தேகத்தைச் சுத்தம் செய்து கொள்ளலாம்.

மேல் நாட்டவரும் இதுபோது ஆடையின்றிக் காற்றில் வாழ்வதே நலம் எனச் சகலரையும் அதன்படி ஒழுகச் சங்கங்கள் மூலம் பரவச் செய்து வருகின்றனர்.

சாதாரணமாய் ஒரு வஸ்துவைச் சூரியனில் காய வைத்துக் கெடாதபடி பக்குவப் படுத்துவது போலக் காற்றோட்டத்தில் வைத்தும் பக்குவப் படுத்தலாம். (நிழலி லுலர்த்தல்)

ஆனதால் நாம் உயிர் வாழத் திறந்த வெளியில் இருப்பின் உத்தமம்.

குடும்பத்திலுள்ளோரர் தங்களுக்கெனப் பொருள்களையோ, தானியங்களையோ, ஆபரணங்களையோ, ஆடைகளையோ வைத்திருப்பதால் திறந்த வெளியில் உறங்கும் போது பிறர் உள் நுழைந்து அங்குள்ளவைகளை எடுத்துக் கொண்டு செல்லாதபடி பந்தோபஸ்து செய்து கொள்ளக் கூடிய வகையில் இல்லம் அமைத்து அதில் வாழ முற்பட்டனர்.

அவர்களில் சிலர் பயம் காரணமாகச் சன்னல் கூட வைக்காத அறையை அமைத்து உயிர் வாழ முற்பட்டார்களானால் அன்னார்களின் தேக சுகம் என்னாகும் என யோசித்துப் பாருங்கள்.

ஆனதால் அறிவுடைய மக்கள் உயிர்வாழும் இல்லங்களைச் சூரிய ஓட்டமும், காற்றோட்டமும் நன்றாக இருக்கும்படி அமைக்க வேண்டும்.

உறங்கும் அல்லது வாசம் செய்யும் அறைகளுக்குக் காற்றோட்ட சன்னல் வைக்கும்படியும் காற்றானது பிரவேசித்து வெளிப்பட எதிர்முகமாக இரண்டு வாசல் வழியோ அல்லது சன்னல் வழியோ வைக்க வேண்டும்.

இதனுல் எக்காரணம் பற்றியும் சரீரத்தை ஆடையால் மூடி வாழ்வது அநாகரிக முடையதும் சுகக் கேட்டைத் தருவதுமானது என உணர்தல் வேண்டும்.

சரீரத்தின் வெளிப் பாகங்களில் காற்றின் பரிசம் அவசியம் என்பதை இதுவரையில் கூறினோம். இனிச் சரீரத்தின் உள் பாகத்திற்குக் காற்று எவ்வளவு அவசியம் என்பதையும் காற்ருனது நமது சரீரத்தினுள் எவ்வெப் பாகங்களில் எப்படி வேலை செய்து நம்மைச் சுகம் பெறச் செய்கின்றது என்பதையுஞ் சிறிது கூறலாம்.

நமக்குப் புறம்பாக இருக்கும் பரிசுத்தமானது செடிகளின் விஷத்தைக் கவர்ந்து பிராண வாயு என்ற பெயரையடைந்து வீசப்பட்ட காற்றை நாம் நாசியின் மூலம் சுவாசக் குழாய்க்குள் செலுத்திச் சுவாசக் குழாயின் முடிவாகிய தாமரை மலரை யொத்த இருதயம் (சோலார் பிளெக்ஸஸ்) என்று சொல்லப்பட்ட இடத்தைச் சேரும்படிச் செய்து அங்கு வந்து சேரும் இரத்தத்தில் காணப்படும் கரியமலமாகிய அசுத்தத்தைக் கவர்ந்து வெளிப்படச் செய்கின்ரேம்.

இம்முறைப்படி நிமிடம் ஒன்றுக்கு, மேல் நாட்டுக் கணக்குப்படி, இக் காலத்தவர்களாகிய நாம் இருபது சுவாசம் விட்டு வாங்குகிரேம்.

முற்காலத்திய தமிழர்களின் கணக்குப்படி நாள் ஒன்றுக்கு இருபத்து ஓராயிரத்து அறுநூறு சுவாசமும் அதன்படி நிமிடம் ஒன்றுக்கு பதினைந்து சுவாசமும் விட்டு வாங்கி வந்தோம்.

இப்படி விட்டு வாங்கும் சுவாசம் நிமிடத்திற்கு 5 அதிகப்பட்டிருப்பதால் நாம் பலவீனர்களாயும் அற்ப ஆயுள் உள்ளவர்களாயும் விளங்குகின்றோம்.

சுவாசக் குழாய்க்குள் காற்று சென்று திரும்புவதால் இரத்தம் சுத்தமடைகின்றது மல்லாமல் இருதயத்திலிருந்து சகல பாகங்களுக்கும் இரத்த நரம்புகளின் வழியாய் ஓடித் திரிந்து உதித்த இடத்திற்கு வந்து சேருகின்றது.

இதனால் நாம் தெரிந்து கொண்டது யாதெனில் சரீரத்தில் உள்ள இரத்தத்தைப் பரவச் செய்வதும் இரத்தத்திலுள்ள கரியமலமாகிய அசுத்தத்தை வெளிப்படுத்தச் செய்வதும் நாம் சுவாசிக்கும் காற்றின் தொழிலே என உணர்ந்தோம்.

காற்றின் பலம் தேகபலமே யன்றி வேறு பலம் நமக்கு இல்லை.

சுவாசக் குழாய்க்குள் சென்று திரும்பும் காற்றானது நிதானமாயும் வேகமாயும் இருதய கமலத்தை அடைந்து அங்கு வந்துசேரும் இரத்தத்தில் கலந்து வெளிப்பட்டால் அன்றோ அங்கு வந்து சேரும் அசுத்த இரத்தத்திலுள்ள கரியமலங்களை வெளிப்படுத்தச் சாத்தியம் என்பது நமக்கு விளங்கினால் நாம் சுவாசத்தை ஒழுங்கு பட நடத்த முற்படுவோம்.

சுவாசக் குழாய்க்குள் காற்றானது பிரவேசிக்கும்போது சுவாசக் குழாய் பெருத்தும் வெளிப்படும்போது சுருங்கியும் காணும்.

இதன்படி சுவாசக் குழாயானது நிமிடம் ஒன்றுக்கு இருபது முறை பெருத்துச் சுருங்கும்.

சுவாசக் குழாய் பெருத்துச் சுருங்கும்போது தீனிப்பையும் பெருத்துச் சுருங்கும்.

தீனிப்பை பெருக்கும்போது அங்குக் காற்று உண்டாகி அது சுருங்கும்போது அக்காற்றானது குடலுக்குள் வேகமாய்த் தள்ளப்படும்.

இப்படித் தீனிப்பை பெருத்துச் சுருங்குதலால் அணியணியாய் அலையைப்போல் ஒன்றன் பின் ஒன்றாய்க் குடல்களும் விரிந்து குவிந்துகொண்டே போய், கடைசியில் மலப்பை நீர்ப்பையிலுள்ள மல சலங்களோடு வெளிப்பட்டு விடுகின்றது.

நாசியின் மூலம் சுவாசத்தை விட்டு வாங்குவதால் சுவாசக் குழாயில் செல்லும் காற்றும் வெளிப்படும் காற்றும் நிதானமாகவும் வேகமாகவும் பலமாகவும் சென்று திரும்ப இயலும். அப்படி பலமாகச் சென்று திரும்புவதால் இரத்த ஓட்டம் ஒழுங்காக இருக்கும். அன்றியும் தேகம் பலமாகக் காணப்படும். பலமான தேகத்தால் மனோ உற்சாகத்தையும் எடுத்த காரியத்தைச் சாதிக்கும் வல்லமையையும் அடையலாம்.

நாசியின் மூலம் காற்றை விட்டு வாங்கும் சுபாவத்தைக் கைக்கொண்டவர்களுக்கு மார்பு பெருத்தும் வயிறு சிறுத்தும் காணப்படும். ஏனெனில் வாயினால் சுவாசத்தை இழுப்பவர்களின் தீனிப்பையில் காற்று நுழைந்து விடும். அதனால் நாளடைவில் பலயீனமும் வயிற்றுப் பெருக்கும் காணப்படும்.

வாயினால் காற்றை இழுக்கும் பழக்கமானது தேகாப்பியாசம் செய்பவர்களுக்கும் சரீர கஷ்டத்தால் ஜீவிப்பவர்களுக்கும் பாரத்தைச் சுமப்பவர்களுக்கும் இல்லாததால்

அன்னார்களின் வயிறு பெருப்பதில்லை. வாயினால் சுவாசிப்பவர்களுக்கு வேலையின்றி சுக ஜீவனமும் எழுத்து முதலான மூளை சம்பந்த வேலைகளும் இருக்கின்றன. அத்தகையோர்களுக்கே வாயின் மூலம் காற்றானது தீனிப்பைக்குள் சென்று குடல்களில் பிரவேசித்து அஜீரண வியாதி உஷ்ண பேதி முதலான வாயுவினால் ஏற்படும் துன்பங்கள் வயிற்றிலும் குடலிலும் காணப்படுகின்றன. சில சமயங்களில் அத்தகையோர்களின் வயிற்றில் காற்றின் ' கூச்சலும், அபான வாயுவின் சப்தமும் அதிகமாய்க் காணப்படும்.

தேகக் கஷ்ட மில்லாதவர்களும், தேகாப்பியாசம் செய்யாதவர்களும் காற்றின் சாதனத்தால் தேக சுகத்தை அடையலாம். தேகாப்பியாசம் செய்யப்பட்ட ஒருவர் பழக்கத்தால் இரண்டு மூன்று நிமிட அப்பியாச காலத்தில் தன்னை யறியாமலேயே பளுவைத் தூக்கும் காரணத்தால் சுவாசத்தை அடக்கி விடுகின்றனர். ஆனால் அத்தகையோர் தாங்கள் காற்றை அடைத்து விடுகிறோம் என்ற எண்ணமின்றி மூச்சைப் பிடித்தபடியே பளுவைத் தூக்கிச் செல்கின்றனர் அல்லது தூக்கி வைத்துக் கொண்டிருக்கின்றனர். அது போலக் காற்றின் சாதனப் பழக்கத்தால் காற்றை இழுத்து, பழக்கத்தில் அடக்கப் பழகுகின்றவர்களும் தேக பலத்தையும் தேக சுகத்தையும் மனோ திடத்தையும் அடையலாம்.

காற்றை அடைக்கப் பழக வேண்டியவர்கள் முதலில் சரீரத்திலிருக்கும் காற்றை மெல்ல விட்டபின் பரிசுத்தமான இடத்தில் உட்கார்ந்துகொண்டு 'சிவா' 'சிவா' என்று எட்டு தரம் மனதில் நினைக்கும் பரியந்தம் காற்றை ஒரு நாசியின் மூலம் இழுத்து 'வங்' என்று நினைத்து ஆரம்பத்தில் அரை நிமிடமும் பிறகு மாதங்கள் கழியக் கழிய ஒவ்வொரு நிமிடங்

களாகக் காற்றை அடக்கும் பழக்கத்தைச் செய்து வர வேண்டும். வங் என்று எண்ணும்போது 'ங்' என்னும் எண்ணத் தோடேயே இருக்கவேண்டும். இதனால் தொண்டை சுருங்கி உள்நாக்கு, சுவாசக் குழாயை மூடிவிடும். சுவாசக் குழாய் மூடப்படுவதால் காற்றானது சுவாசக் குழாயை விட்டு வெளிப்பட இயலாது. ஆதலால் காற்றின் வேகமானது காதுகளிலும் கண்களிலும் தாக்காமல், செவிடு முதலான துன்பங்கள் ஏற்படாமல் காத்துக்கொள்ள இயலுகின்றது. இதன்படி இரண்டு அல்லது மூன்று மணிநேரம் காற்றை அடைத்துவிட இயலுமானால் உலகில் ஒப்பற்ற பலசாலியாய் விளங்கலாம். இதுவரையில் ஏற்பட்டுள்ள கதைகளில் பீமன் அனுமான் ஆகிய இருவரே அத்தகைய சாதனத்தைப் பெற்றவராகக் காணப்படுகின்றனர்.

சுவாசக் குழாயில் தடைப்படுத்தப்பட்ட காற்றை வெளிப்படுத்தும்போது வசி, வசி என்று எட்டு தரம் நினைக்கும் வரையில் மெல்ல காற்றை வெளிப்படுத்த வேண்டும்.

உணவு உண்ணல்

ஆயுளைப் பெருக்கி அறிவை வளர்க்கப் பிரியமுள்ளவர்கள் நோயற்று வாழும் முறையைக் கைக்கொள்ளல் முதற் கடமை.

நோயற்று வாழவும் புத்திக் கூர்மையை அடையவும் கருதுவோர் ஆகார நியமத்தை அவசியம் கைக்கொள்ளல் வேண்டும்.

புத்தியை சூட்சுமப்படுத்தத் தலைப்பட்டவர்கள் தூதுவளை, வல்லாரை, கரிசலாங்கண்ணி, பசளைக்கீரை, பொன்னாங்கண்ணிக்கீரை, காரைக் கீரை, முன்னைக் கீரை, புளிச்சக்

காடி, நீர்பெருக்கிய மோர், எலுமிச்சம்பழ ஊறுகாய், கமலாப்பழம், சாத்துக்குடி கமலா, திராக்ஷைப் பழம், கேழ் வரகுக் கஞ்சி ஆகியவைகளை உண்ணல் வேண்டும்.

வெங்காயம், முள்ளங்கி, பரங்கிக்காய், சுரக்காய் இவை கள் புத்தியை மந்தப்படுத்தக் கூடியவை. ஆனதால் மனோ சாதனம் செய்ய முற்பட்டவர்கள் இவைகளை உட்கொள்ள லாகாது.

தேக பலத்தை அடைய விரும்புகின்றவர்கள் வயிறு நிறைய எக்காரணங்கொண்டும் ஆகாரத்தை உண்ணலாகாது. வயிறு புடைக்க உண்பதினால் பலம் வரும் என எண்ணி உண்ணுவது பெருந் தவறு. எந்த நேரத்திலும் இலேசான பசியுடன் இருப்பது சுக ஆதாரமானது. மனோ சாதனம் செய்யப்பட்டவர்கள் ஒரே வேளை ஆகாரம் புசித்தல் வேண் டும். உலக விவகாரம் செய்யப்பட்டவர்கள் இரண்டு வேளை புசிக்கலாம். பகல் காலத்தில் முக்கால் வயிறும் இரவில் அரை வயிறும் ஆகாரம் கொள்ளல் வேண்டும். உண்ணும்போது அல்லது உண்ட பின் நீர் அருந்தல் நல்லதன்று. ஆனால் உண்ட பின் ஒரு மணி நேரம் கழித்து நீர் அருந்துவது நலம்.

ஆகாராதிகள் உட்கொள்ளுவதில் இயற்கையான பதார்த்தங்களை உண்டு வாழும் ஈராக் நாட்டு வாசிகள் உலகத் திலேயே அதிக பலம் பொருந்தியவர்களாய்க் காணப்படு கின்றனர். ஈராக் நாட்டில் ஒருவர் ஒரு அணாவைக் கொண்டு ஒரு நாள் ஆகாரத்தை உண்டு வாழ்கின்றனர். நம் நாட்டில் சுமார் பத்துப்பேர் சேர்ந்து எடுக்கப்பட்ட சுமையை ஈராக் நாட்டில் ஒருவர் எடுத்துச் செல்கின்றார். தவிர, ஈராக் வாசி களில் ஒருவருக்காவது தொப்பைவயிறு இல்லை எனத் தெரி கின்றது.

காரம், புளி, உப்பு, இவைகளைச் சேர்த்து உண்ணாத பல மிருகங்களும் மனிதர்களும் பல சாலிகளாய் விளங்குவதால், இதை ஆராய்ந் தறிந்து நாம் அனைவரும் இயற்கை உணவைக் கைக்கொள்ள முயல வேண்டும். உட்கொள்ளும் ஒவ்வொரு வஸ்துவையும் நனருய் மென்று உமிழ் நீர் சேர்த்து உண்ணல் வேண்டும். உமிழ் நீர் சேர்ந்து செல்லாத ஆகாரம் சரியானபடி ஜீரணிக்காமல் பெரும் பாகம் மலமாய் வெளிப்பட்டு விடும். குறைந்த ஆகாரம் புசிப்பவர்கள் நாலு மணி நேரம் தூங்கினாலும் போதுமானது. அவர்களுக்கு அதிக நேரம் தூக்கமும் வரமாட்டாது. 'பசித்திரு தனித்திரு விழித்திரு' என்னும் பழமொழியை ஒவ்வொருவரும் ஊன்றி கவனித்தல் வேண்டும்.

இரவில் 9 மணிக்கு நித்திரைக்குச் செல்லல் வேண்டும்.

காலையில் 3 மணிக்கு நித்திரையினின்றும் எழுந்து மல சலம் கழித்து, ஆலம் விழுது, வேலம் குச்சி அல்லது வேறு வகையினால் பல் துலக்கிக் கொண்டு நீராடியபின், தனித்த இடத்தில் ஏகாந்தமாய் இருந்து கொண்டு தியானித்து சூரி யோதயத்திற்கு முன் ஒரு மைல் நடந்து சென்று சூரி யோதயத்தில் கிழக்கு நோக்கிச் சூரியனை நமஸ்கரிக்க வேண்டும்:

காலையிலோ அல்லது மாலையிலோ உலாவச் செல்லும் போது கீழ்வரும் விதிகளை அனுசரித்தல் வேண்டும்:

உலாவச் செல்லும் போது தோழரோடு செல்லலாகாது. தோழரோடு செல்லுவதால் வார்த்தையாடிக் கொண்டு செல்ல ஏற்படுகிறது. வழியில் பேசிக்கொண்டு போவதால் குளிர்ந்த காற்று வாய்க்குள் சென்று தொண்டையை வீங்கச் செய்து விடும். தொண்டை வீங்கினால் சலுப்பு இருமல்

உண்டாய் விடும். இதன் காரணம் உணராத மக்கள் 'இன்று பனியில் சென்றேன் சலுப்புப் பிடித்து விட்டது, இன்று ஊதல் காற்றில் இருந்தேன் அதனால் தொண்டை கம்மி விட்டது' எனக் கூறிக் கொள்வதைப் பலரும் உணர்ந்திருக்கின்றனர். எனினும் ஊதல் காற்றில் வாழும் மக்களுக்கும் பட்சி முதலிய மிருகங்களுக்கும் சலுப்பு முதலான வியாதிகள் காண்பதில்லை. காரணம் யாதெனில் இயற்கைக்கு விரோதமாய் எந்தப் பட்சி மிருகங்களும் நடக்கும் போது வாயினால் சுவாசத்தை விட்டு வாங்குவது கிடையாது. ஆதலால் சலுப்பு முதலான ரோகங்கள் அவைகளுக்கு உண்டாவது கிடையாது.

மனிதர்கள் நாசியின் மூலம் காற்றை விட்டு வாங்கினால் தொண்டையில் குளிர்ச்சியின் காரணத்தால் உண்டாகும் வீக்கம் முதலான தோஷங்கள் சம்பவிக்காது.

ஆகவே குளிர்காற்று வீசினாலும் அல்லது சுழல் காற்று வீசினாலும் நாசியின் மூலம் விட்டு வாங்குவதால் தொண்டையில் நோய் உண்டாக மாட்டாது.

இதனால் எக்காரணம் பற்றியும் வாயினால் காற்றை விட்டு வாங்குவது தவறான பழக்கம் என உணர்ந்தவர்களுக்குக் காற்றின் சீதோஷ்ண தோஷத்தால் யாதொரு கெடுதலும் சம்பவிக்காது.

எனவே வழிநடைக் காலங்களில் பேசிக் கொண்டு நடப்பதால் வாயின் மூலம் செல்லும் காற்றின் பரிசத்தால் தொண்டை வீங்கப் பெற்று சலுப்பு உண்டாகின்றது.

தனித்து நடக்கும் காலத்திலும் வாயை மூடிக்கொண்டு நாசியின் மூலம் காற்றை விட்டு வாங்குதல் வேண்டும்.

சாதாரணமாய் எந்தக் காலத்திலும் காற்றை நாசியின் மூலம் விட்டுவாங்குவதே சுகாதாரத்திற்கு ஏதுவானது.

ஆகாரம் புசிக்கும்போதும் அல்லது நீர் அருந்தும் போதும் எக்காரணம் பற்றியும் பேசலாகாது. அது சமயம் பேசினால் உட்கொள்ளும் வஸ்துவானது சுவாசக் குழாய்க் குள் நுழைந்து புரை உண்டாகும். சில சமயங்களில் புரை யால் மரணமும் சம்பவிப்பதுண்டு. ஆதலால் ஆகாரம் எடுத்துகொள்ளும்போது பேசாமல் இருப்பது சாலச் சிறப்புடைத்து.

ஆகாரம் இருபத்து நான்கு மணி நேரத்திற்கு ஒரு முறையே கொள்ளல் வேண்டும். அது சாத்திய மில்லையானால் இரவில் இலேசான ஆகாரம் எடுத்துக் கொள்ள லாம். பகலில் ஒரு வேளை ஆகாரம் சுகத்திற் கேதுவானது. தற்காலத்தவர்கள் இதற்கு மாறாக காலையில் படுக்கை டீயும், 8-மணிக்குப் பலகாரம் காப்பியும், 10-மணிக்கு அன்னமும், 3-மணிக்குக் காபி பலகாரமும், இரவு 8-மணிக்கு அன்னமும், இரவு 10-மணிக்குப் பாலும் சாப்பிடுகின்றார்கள். இத்தகைய முறையில் ஆகாரத்தைப் புசிப்பவர்கள் பலயீனர்களாயும் நோயாளிகளாகவும் மனோ தைரிய மற்றவர்களாகவும் சோம்பல், அதிக தூக்கம், வீண் பேச்சு, மருந்தையே எதிர் பார்ப்பது, அற்ப ஆயுள் உடையவர்களாயும் காணப்படு வார்கள்.

எனவே நவநாகரிகம் சிறந்து விளங்கும் இக்காலத்தி லுள்ள வைத்திய நிபுணர்களும்கூட தங்கள் ஆஸ்பத்திரி களிலும், அரசாங்க ஆஸ்பத்திரிகளிலும் மேல் சொல்லிய விதமே நோயாளிகளுக்கும் ஆகாரத்தைக் கொடுத்து வருகின் றார்கள். இம் முறையானது நாட்டைப் பாழ்படுத்தி மக்களை நோய்வாயினின்றும் விடுபடா வண்ணம் செய்வித்து உலக

வாழ்க்கையினின்றும் விடுபடச் செய்யும் அநாகரிக முறை யெனவே கூறலாம்.

நோயற்ற மக்கள் உண்ணும் உணவுகளே அதிகம். அதனால் வியாதி சம்பவிக்கின்றது என்று சொல்லுவோமானால், நோய்வாய்ப்பட்டவர்களுக்கு ஓயாமல் ஒன்றன் பின் ஒன்முக நானாவித ஆகாரங்களைக் கொடுத்து வருவது எவ்வளவு அநாகரிகம் என்பதைக் கூற வேண்டியதில்லையல்லவா? தவிர நோயாளியானவன் பட்டினி கிடப்பதே சால மேன்மை யுடையது அல்லது நீர் ரூபமான ஆகாரத்தைப் புசிப்பது ஒப்பக் கூடியது. அதை விடுத்து நோயாளிகளுக்கு மாமிசமும், முட்டையும், சூப்பும் கொடுப்பது எங்ஙனம் பொருந்தும். வைத்தியர்கள் பலயீனமானவருக்கு இவைகளைக் கொடுத்தால் பலம் உண்டாகும் என நினைக்கின்றார்கள். இதில் அறிவை உபயோகித்தால் உண்மை விளங்காமல் போகாது. அதாவது சரீரத்தில் எங்காவது சீர்கேடடைவதால்தான் நோய்களும் பலயீனமும் உண்டாகின்றன. அது சீர்படும் வரையில் பலயீனமும் நோயும் விட்டு நீங்காது என அறிந்த பின் நோய் நீங்காதபோது பலத்திற்குக் கொடுக்கும் ஆகாரம் யாதொரு பயனையும் விளைவிக்காது என அறிய வேண்டும். எனவே சரீரத்தைக் காப்பாற்ற பசியுள்ள அளவுக்கு நீர் வகையான ஆகாரத்தைக் கொடுப்பது நலம். சிலர் நோயுள்ளபோது கொடுக்கும் பலம் தரும் ஆகாராதிகளைக் கொடுப்பதால் பலம் வருவதாக நினைத்து முட்டை முதலியவைகளை உபயோகிப்பது தவருன முறையாகும். வேண்டுமானல் அவர்கள் க்ஷயரோகத்தால் பீடிக்கப்படும் ஒரு நோயாளிக்கு எத்தகைய முட்டை முதலான ஆகாரத்தைக் கொடுத்துப் பார்க்கலாம். அவ்வாகாரத்தால் ஒரு பயனும் காணமாட்டார்கள். அதற்கு மாருகக் காற்றின்

உதவியால் குணத்தைக் காணலாமே யொழிய நோயுள்ள போது ஆகாரத்தால் பலத்தை அடைய முடியாது. எனவே நோயுள்ள காலங்களில் பட்டினி கிடப்பது நலம் இன்றேல் பசித்தால் புசிக்கலாம். இதை விடுத்து சதா ஆகாரத்தைக் கொஞ்சம் கொஞ்சமாகக் கொடுத்து வருவது நலனன்று.

நம்மை அறியாமல் பல வித நோய்கள் வருவதைத் தடுக்கவே ஆகார நியதியைக் கூறினர். ஒரு மனிதன் தன் வயிற்றிலுள்ள கிருமிகளைப் பெருக்காமல் இருப்பதற்காகவும் அவை வெளிப்படுவதற்காகவும் மாதம் ஒரு முறை இரண்டை துவையல் செய்து நெய்யுடன் அருந்துதல் வேண்டும். வயிற்றில் வந்து சேரும் சிறு கற்களைக் கறையச் செய்ய பட்சத்திற் கொருமுறை வாழைத்தண்டை பாகம் செய்து உண்ணல் வேண்டும். நாள்தோறும் மலசலம் கழிவதற்கு ஏதாவதொரு கீரையைச் சாப்பிட்டு வருவது நலம்.

பலசாலிகளாய் உலகத்தில் வாழ வேண்டுமானால் ஆகாரத்தைக் குறைத்து கீரை கிழங்கு வகைகளை அதிகமாய் உண்ணல் வேண்டும். அவற்றிலும் இயற்கையாகப் புசிப்பது நலம். சாத்தியமில்லாவிடில் இலேசாக சூடேற்றி அரை வேக்காட்டில் உண்ணலாம். இதற்குமாறாக நன்றாய் வேகவைத்து உப்பு, புளி, காரம் முதலானவைகளைச் சேர்த்து நாவிற்கு உருசியைத் தந்து நாக் குழைத்து உண்டு வருவது போற்றத் தக்கதன்று. இத்துடன் ஆகாரத்தைப் பற்றிய விஷயங்களை நிறுத்திக்கொண்டு ஆதியில் தமிழர்களால் அனுஷ்டிக்கப் பட்ட யோக சாதனத்தைச் சிறிது கூறுவோமாக.

சிவயோகம்

தென்னாட்டில் சிவயோகம் என்று ஒரு யோகம் எல்லாராலும் கையாளப்பட்டு வந்தது. அந்த யோகத்தைச் சர்வ

சாதாரணமாய் எல்லோரும் அனுசரித்துப் பயனடைந்து வந்தார்கள். தவிர யோக சாதனத்தால் நீண்ட ஆயுளுடைய வர்களாகவும் பலசாலிகளாகவும் இருந்தார்கள். இந்த யோக மானது வடநாட்டு யோகங்களில் கூறுவதுபோல் பெண் களுக்கு யோகசாதனம் இல்லை என்று கூறவில்லை. ஆண் பெண் இரு பாலர்க்கும் சமமான பலனைத் தரும் யோக மாகத் தென்னாட்டு யோகமானது அமைந்து கையாளப்பட்டு வந்தது.

தென்னாட்டு யோகத்தை அனுசரிப்பவர்கள் யோக மூலம் பிரகாசம் பொருள் என பொருள் கூறினார்கள். அத்த கைய பிரகாசத்திற்கு முருகு எனப் பெயரிட்டு அதற்கு அறி குறியாக (லிங்கம்) பிரகாசம் தங்கியிருக்கும் வடிவத்தை வெளி யில் வைத்து அவ் வடிவத்திற்குப் பிரகாசம் எனப் பெயரிட்டு அவ்வடிவத்தை மலையின் உச்சியிலும் மரத்தின் அடியிலும் குறியாக வைத்துக்கொண்டு சாதனம் செய்து வந்தார்கள்.

இந்த வழிபாடானது சாதனத்தால் அடையும் ஒழுங் கான அனுபவங்களைக் குறியாகக் கொண்டதாகும். லிங்கத்தை வழிபட முற்பட்ட ஒருவர் புருவமத்திய ஸ்தானத்திலிருந்து முக்கால் அங்குலம் உள் பாகத்தில் மனதை நிறுத்தி ஆரம்ப காலத்தில் 'நமசிவய' என நினைத்துக்கொண்டு பழகவேண்டும். அப்படிப் பழகப்பட்டவருக்கு மின்னலை யொத்த பிரகாசம் தோன்றி மறையும். இதனைத் தூல பஞ்சாட்சரமென்பார்கள். இரண்டாவதாக 'சிவயநம' என நினைத்துப் பழகல் வேண்டும். இப் பழக்கத்தால் பேரிகையைப் போலவும், மத்தளத்தைப் போலவும், மணியோசையைப் போலவும் சப்தம் கேட்கும். தவிர தீபத்தைப்போல ஓர் ஒளியும் தோற்றும். இதனைச் சூட்சும பஞ்சாட்சரமென்பார்கள். மூன்றாவதாக 'சிவயவசி' என நினைத்துப் புருவ மத்திய இடத்தி லிருந்து ஒன்றரை

அங்குலம் உள் பாகத்தில் மனதை நிறுத்திப் பழகல்வேண்டும். இப்பழக்கத்தால் சப்தம் அதிகரித்துக் காண்பதுடன் அச் சப்தமானது சரீரத் தோற்றத்தையும் உலகத் தோற்றத்தை யும் காணுதபடிச் செய்வித்து சப்தம் ஒன்றையே தோன்றச் செய்து பின் சந்திரப் பிரகாசத்தையும், சூரியப் பிரகாசத்தை யும், ஐந்து சூரியன், பதினொரு சூரியன் ஆக இத்தகையாதி அநுபவங்களைக் காட்டும். இதனையே காரண பஞ்சாட்சர மென்பார்கள். நான்காவதாக 'சிவா' என நினைத்துப் புருவ மத்திய பாகத்திற்கு இரண்டு விரற்கடை மேல்பாகமாகிய விபூதி தரிக்கும் கீழ்க் கோட்டிலிருந்து ஒன்றரை அங்குலம் உள் பாகத்தில் மனதை நிறுத்திப் பழகுதல் வேண்டும். இப் பழக்கத்தால் நூறு சூரியப் பிரகாசம் தோன்றும். அதன் பிறகு சப்தத்தைத் துணையாகக்கொண்டு நெற்றியின் மத்திய பாகத்தில் பழகுதலும், பிறகு நெற்றியின் மேல் பாகத்திலும் கடைசியில் உச்சித் துவாரத்திலும் பழகலும் வேண்டும். இப் பழக்கத்தில் கோடி சூரியப் பிரகாசமும், கடைசியில் அகண் டப் பிரகாசமும் உண்டாகும். இதனையே மகாகாரண பஞ்சாட்சர மென்பார்கள். கடைசியில் 'ஆ' என்ற மந்தி ரத்தை விபூதி அல்லது வியாபக ஸ்தானம் எனக் கூறினார்கள்.

இந்த யோகத்தைப் போலவே ஆரியர்கள் யோகமும் கூறப்படுகின்றன. அதாவது ஆரிய மதத்தில் சாங்கியர்கள் ராஜயோகம் என்று சொல்லப்பட்ட யோகத்தில் மனத்தை மூலாதாரத்தில் நிறுத்திப் பழகி பின் வீணுதண்டின் மூலம் மலக்காற்றைச் சிரசிற்குச் செலுத்துதல் எதுவோ அதையே சமாதி என்றழைத்தார்கள். இச்சமாதியில் ஆறு நிலை உண்டு. அந்த ஆறு நிலையையும் கடந்தபின் பிரகாச வடிவநிலையை அடைவார்கள். அதன்பிறகு உண்டாகும் மேற் சொல்லிய அனுபவங்கள் தானுகவே உண்டாகின்றதென்றும் அங்கு

தான் ஞானாச்சாரியரின் உபதேசம் என்றும், அங்கு ஜீவ முயற்சி இல்லை என்றும் கூறிவைத்தார்கள். எனவே தென்னாட்டு யோகநிலைக்கே முடிவில் வந்து சேர்ந்தாலும் தங்கள் மார்க்கமே சிறந்ததெனவும், அகண்டப் பிரகாசத்தை சிவமெனவும் அதை அடைவதற்கு முயற்சிக்கும்போது உண்டாகும் முதல் அனுபவங்கள் மேற்படி பிரகாசத்திற்கு இரு குமாரர்களெனவும் பிரகாசத்தை சிவமெனவும் தங்கள் அனுபவமாகிய முதற்படியான இருள் ரூபத்தை விக்னஈஸ்வரனாகவும் தென்னாட்டு யோகமுதல் அனுபவமாகிய பிரகாசத்தை இரண்டாவது குமாரன் முருகனாகவும் அதற்குப் புராணமும் கூறி, தென்னாட்டு யோகத்தைத் தங்கள் சார்பில் சேர்த்துக் கொண்டு அதற்குப் பெருமையைத் தராமல் தங்கள் மார்க்கத்தையே விரிவுபடுத்தி வந்துவிட்ட காரணத்தால் தென்னாட்டு யோகமானது புறக்கணிக்கப்பட்டு விட்டது.

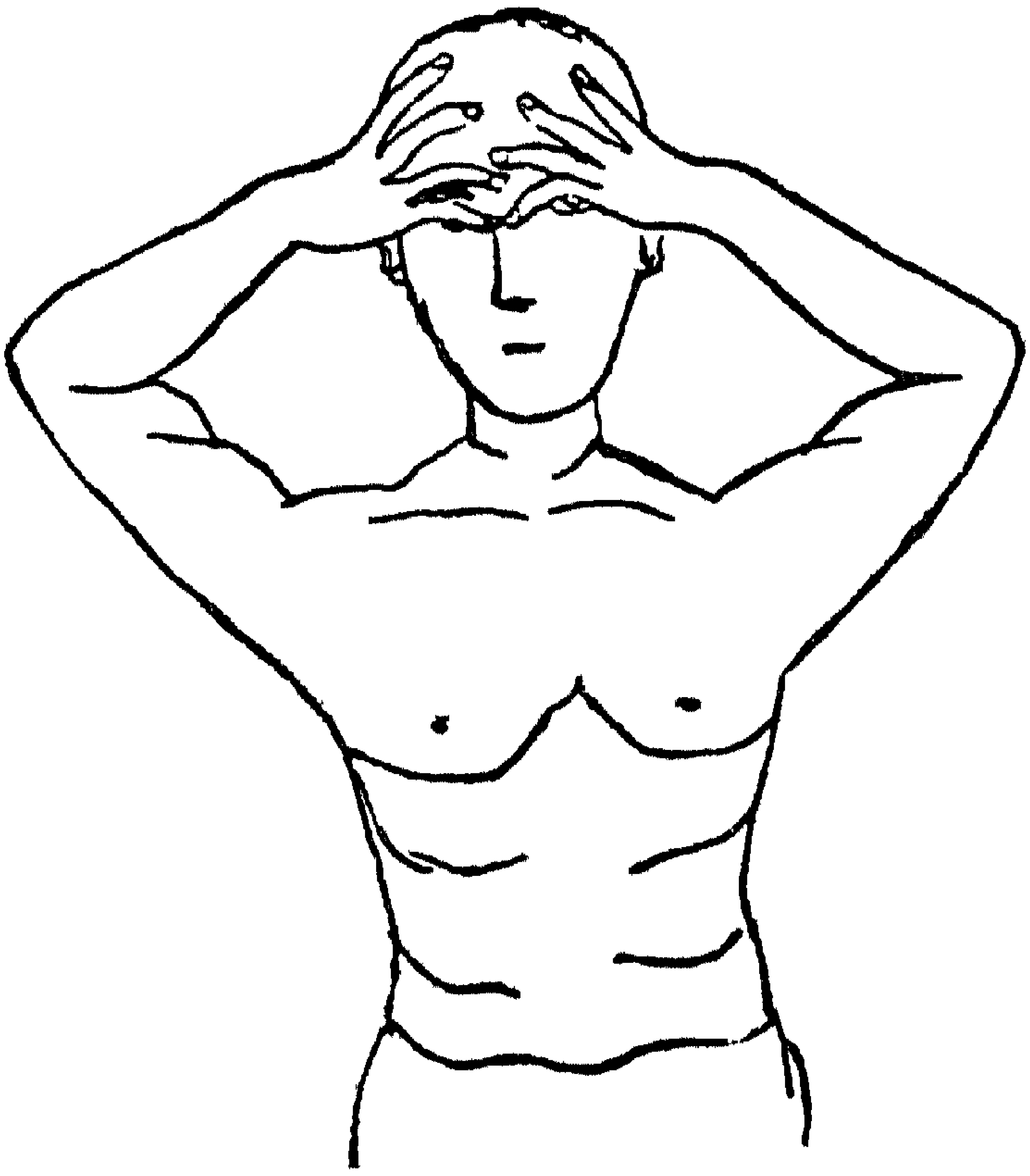
தென்னாட்டு யோக சாதனத்தைச் சித்த மார்க்கமென்றும் இம் மார்க்கத்தால் நீண்ட நாள உயிர் வாழவும் சித்திகளுமே கிடைக்கும், மோட்சம் கிடைக்காதெனக் கூறியும் ராஜ யோகத்தை ஞான சாதனமெனவும் கூறி சிவயோகத்தை அவலம்பிக்கலாயினர்.

சித்தமார்க்கமானது கல்வியற்ற சிலர்களால் தேகசுகத்திற்காக ஏற்படுத்திய மார்க்கமென்றும் அம் மார்க்க வழிபாட்டால் மனோ சுகமும் ஆன்ம சுகமும் இனிப் பிரவா நிலையும் எய்த வழியில்லை யெனவும் கூறினதால் சித்த மார்க்கம் என சிவயோகத்தைக் கருதலாயினர்.

சித்தமார்க்கம் காயகற்பம் செய்வதற்கும் ஔடதங்களைச் சேவிப்பதற்கும் உண்டான மார்க்கம் என கிரத்லைதயற்றவர்களானார்கள். அவை பொருத்தமற்றவை யாகும்.

சிவயோகம் செய்யும் விதம்

காலைமாலைகளில் ஓரிடத்தில் உட்கார்ந்துகொண்டு பெரு மூச்சாக சுவாசத்தைவிட்டு வாங்கி இந்தப் படத்தில் காட்டி இருக்கும் வண்ணம் வலது பெருவிரலால் வலது செவியின் கன்னத்தின் பக்கமாக இருக்கும் செவி முனையை அழுத்தியும்



இதுபோல இடதுகைப் பெருவிரலால் இடது செவியையும் அழுத்திக்கொண்டு இரு கைகளின் சுண்டுவிரல்களாலும் புருவ மத்திய ஸ்தானமாகிய மூக்குக்குமேலே இரு கண் களுக்கு மத்தியில் உச்சிக்குக் கீழ்நேராய் உள் நாக்குக்கு மேல் பாகத்தில், விரல்கள் வைத்திருக்கும் இடத்திற்கு நேர் முக்கால் அங்குலத்திற்கு உள்பாகத்தில் மனதை நிறுத்திப் பழகல் எதுவோ அதனையே ஷண்முகி என்பார்கள்.

இந்த முத்திரையைப் பழகும்போது முதல் முதல் பேரிகையை யொத்த சப்தம் காணப்படும். அந்தச் சப்த

மானது சுவாசக் குழாயில் இருந்து வெளிப்படும் காற்றும் உட்செல்லும் காற்றும் ஒரு சப்தத்தைக் கொடுக்கும். (வெளிச் சப்தமும் பார்வையும் வாயும் மூடியிருப்பதால் உள் சப்தம் அதிக சப்தமாகக் காணப்படுகின்றது.)

ஷண்முகி முத்திரையின் தத்துவம்

ஷண்முகி முத்திரையால் காணப்படும் பயன்களை விவரிப்போமானால் அதன் இரகசியம் நன்கு விளங்கும்,

நம்முடைய சரீரத்தை நடத்துவது பிரகாச சக்தியேயாகும். அந்தப் பிரகாச சக்தியானது சிரசின்கண் பெரிய மூளை சிறிய மூளையாகிய இவைகளின் கீழ்ப்பாகத்தில் தங்கும் லிங்க வடிவ உருவம் ஒன்று இருக்கின்றது. அவ்வுருவத்தை ஆங்கிலேயர்கள் (செருபெலம்) (பல்ப்) எனக் கூறுகின்றனர்.

இந்த லிங்க வடிவத்திலிருந்து பன்னிரண்டுக் குழாய்களின் மூலம் பிரகாச சக்தியானது பரவுகின்றது. இப்பரவலினால் நமது தேகத்தினின்றும் பார்த்தல் கேட்டல் உணர்தல் அறிதல் நடத்தல் பேசல் உண்டல் கழிந்தல் சுவாசித்தல் விடுதல் ஆகிய பலகாரியங்களைச் செய்கின்றோம். ஆகவே, மேற் சொல்லிய சரீர காரியங்களுக்கும் மனம் முதலானவைகளுக்கும் காரணமாய் இருக்கின்ற எந்த ஒரு பிரகாசமோ அந்தப் பிரகாசத்தை விருத்தி செய்வதே யோகத்தின் கருத்தாகும்.

எனவே லிங்க வடிவத்திலிருக்கும் பிரகாசத்தை விருத்தி செய்வதற்கு இரண்டே மார்க்கம் இருக்கின்றது. அவற்றுள் ஒன்று வீணைதண்டின் மூலம் சாதனம் செய்து விருத்தி செய்தல், மற்றொன்று புருவ மத்தியஸ்தானத்தின் உள்பாகமாகிய வெளியின் மூலம் சாதனம் செய்தல்.

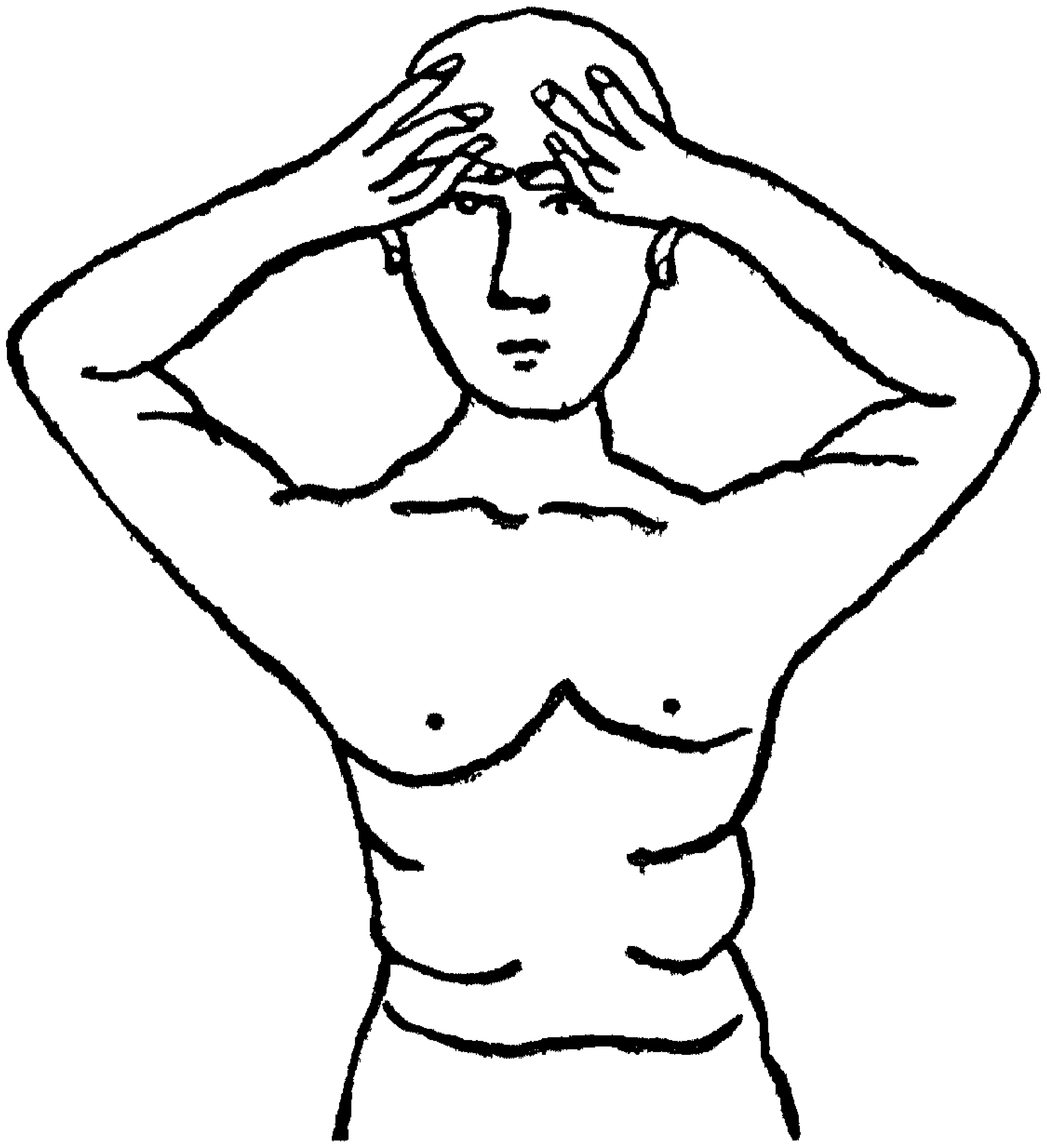
இவ்விரண்டிலும் உள்ள இரகசியமாவது யாதெனில் வீணாதண்டின் அடிபாகத்தில் ஆசனத்திற்கு மேல் இரண்டு விரற்கடை அளவுக்குமேல் (குய்யம்) என்ற (இரகசியம்) வெளியின் மூலமாக மனதையும் காற்றையும், 'ம்' என்ற ஊமை மந்திரத்தால் தியானித்து வீணாதண்டில் உட்பிரவேசித்தல். இதுபோலவே இரண்டு கண்களின் மத்தியி லிருந்து இரண்டு சிறிய குழாய்கள் புருவ மத்திய பாகத்தின் ஒன்றரை அங்குலத்திற்கு உள்பாகத்தில் ஒருவெளி இருக்கின்றது. அவ் வெளியினிடத்தில் மனதையும் காற்றையும் செலுத்தி 'ஆ' என்ற மகாகாரண மந்திரத்தால் தியானித்து பிரகாசம் தங்கியுள்ள லிங்க வடிவத்தி லிருந்து வரும் ஒரு குழாயில் மனதையும் காற்றையும் செலுத்துதல். இவற்றுள் கீழ் சாதனத்தில் காற்றை கீழே தள்ளும் தந்திரமாகிய 'ம்' என்பதும் மேல் சாதனத்தில் காற்றை பிரம்ம ரந்திரமாகிய உச்சிக்குச் செலுத்தும் தந்திரமாகிய 'ஆ' என்பதும் முடிவான மந்திரங்களாகும். இம் மந்திரங்களை உபயோகிக்காமல் சாதித்தல் என்பது சாத்தியமன்று. ஆனால், சிலர் இது போலொத்த மந்திரங்கள் பலகூறினும் முடிவில் மேற் சொன்ன சப்தத்திலேயே முடிவடையும் என்பது நிச்சயம்.

இந்தச் சாதனத்தைச் செய்யும்போது முதலிலே லிங்கத்தின்பாலுள்ள பிரகாசம் செலவாகாதபடி பாதுகாக்க வேண்டும். நம்முடைய பிரகாசமானது பார்ப்பதாலும் கேட்பதாலும், நினைப்பதாலும், பேசுவதாலும் வெளிப் பட்டுவிடுகின்றது. ஆதலால் அப்பியாச காலத்தில் வெளி சப்தம் கேட்காதபடி காதை மூடிக் கொள்ளல், தோற்றத்தைப் பாராதவாறு கண்ணை மூடிக் கொள்ளல், பேசாதபடி வாயை மூடுதல் மனதை பல விஷயங்களில் செல்லாதபடி சப்தத்தில் நிறுத்துதல் ஆகிய இவைகளால் முதல் முதல்

பழகும் காலத்திலேயே ஒரு ஆச்சரியகரமான அனுபவம் கிடைக்கும். அந்த அனுபவமே சப்த அனுபவமும் தீபப் பிரகாச அனுபவமும் ஆகும். இதுவே ஷண்முகி முத்திரை எனப்படும்.

பூசரி முத்திரை

இம் முத்திரையைப் பழக ஆரம்பிக்கும்போது ஷண்முகி முத்திரையில் காணப்பட்ட தீப ஒளியைப் பொருட்படுத்தாமல் அங்குக் கேட்ட நாத ஒளியைப் பின் பற்றிக்கொண்டு சப்தத்தையே லட்சியமாக வைத்துக்கொண்டு மனதையும் கைவிரல்களையும் இப்படத்தில் காட்டிய வண்ணம் இரு



பெருவிரல்களை இரு செவியின் மேல் வைத்துக் கொண்டு, கண்களை மூடி இரு மோதிர விரல்களை முன் சொன்ன குறியினின்றும் இரண்டு விரற்கடை மேல் பாகத்தில் அதாவது பொட்டு வைக்கும் இடத்தில் வைத்துக் கொண்டு மனதை அவ்விடத்திற்கு நேரான உள்

பாகத்தில் ஒன்றனை இஞ்சிக்குச் சரியான இடத்தில் பாவனை செய்து கொண்டு 'சிவய நம' என்று நினைத்துக்கொண்டு காலை மாலைகளிலும் தனக்கு ஒழிந்த நேரங்களிலும் பழகி வரல் வேண்டும். இப்படி பழகும் காலத்தில் ஓசை பல கேட்கும். அவ்வோசைகளில் நாகசுர ஒலியும், புல்லாங்குழல் கீதமும் மத்தள ஓசையும் பேரிகை சப்தமும் தாள சப்தமும் கேட்கும். இத்தகையாதி சப்தங்களைக் கேட்டுக் கொண்டிருக்கும்போது சந்திர ஒளியும் சந்திரனும் காணப்படும்.

ஆலய தத்துவம்

(தென்னாட்டில் ஏற்படுத்தி யிருக்கும் ஆலயங்களில் அமைக்கப்பட்டுள்ள சின்னமானது பிரகாசம் தங்கியிருக்கும் நமது சிரசின் கண் வீற்றிருக்கின்ற லிங்க வடிவத்தையே கொண்டது. அதற்கு எங்கும் நிறைந்த பிரகாச வடிவம் எனப் பெயரிட்டு வணங்கி வந்தனர். ஆனால் நாளடைவில் இது ஆலயமாக அமைக்கப்பட்டது. அவ்வாலய நிர்மாணத்தில் சிவயோக தத்துவங்களையே விளக்கி அமைத்தார்கள். மனிதனுடைய சிரத்தை ஆலயத்தின் கோபுரமாக அமைத்தார்கள். அக் கோபுரத்தில் ஏழு நிலைகளும், ஐந்து நிலைகளும் காட்டினார்கள். இந் நிலைகளானவை ஏழு நிலைகளின் அனுஷ்டான வித்தியாசத்தையும் ஐந்து நிலைகளின் வித்தியாசத்தையும் காட்டும் பொருட்டு ஏற்படுத்தியதாகும்.

ஐந்து நிலையை அமைத்துக் கட்டிய கோபுரங்களின் தத்துவங்களைக் கூறினவர்கள், அனுஷ்டான காலத்தில் முதலில் புருவ மத்திய ஸ்தானமும் இரண்டு, மூன்று, நான்கு, ஸ்தானங்கள் விபூதி அணியும் மூன்று இடங்களும் (அதாவது விபூதி அணியும் இடமானது ஒவ்வொரு கோட்டுக்கு மத்தியில் ஒரு விரற்கடை இடம் விட்டிருத்தல்) ஐந்தாவது உச்சி ஸ்தானமும் எனக் குறித்தார்கள்.

ஏழு நிலைகளை வைத்துக் கட்டினவர்கள் நாசியின் முனை முதல் இடமும் பிறகு முன் சொன்ன இடங்களும் ஆறுவது ஸ்தானம் உச்சிக்குக் கீழ் இரண்டு விரற்கடையில் ஒரு ஸ்தானத்தையும் கூறி ஏழாவது உச்சியைக் கூறினார்கள்.

உச்சி என்பதைச் சிறு குழந்தைகளிடத்தில் நன்றாகப் பார்க்கலாம். குழந்தைகளுக்கு உச்சியில் உப்பி வாடிக் கொண்டிருக்கும். அந்த இடமானது துவாரம் என்பதை அறிய வேண்டும். குழந்தைப் பருவத்தில் உச்சியிலுள்ள துவாரம் காணப்படுகின்றது. குழந்தைகள வளர வளர மண்டை ஓடும் பெருத்துக் கொண்டே வருகின்றதால் துவாரம் நெருங்கி விடுகின்றது. துவார நெருக்கம் காரணத்தால் பெரியவர்களுக்கு உச்சித் துவாரம் தெரிவதில்லை. ஆனால் யோக சாதனத்தால் அத்துவாரத்தை விரிவு படுத்தலாம்.

எனவே கோயில் கோபுரத்தின் கண்ணேயே யோக சாதனத்தைக் காட்டி விட்டாலும், மீண்டும் அதனையே விரிவுபடுத்தி உள் ஆலய நிர்மாணம் காட்டும் வகையில் அமைக்கப்பட்டுள்ளது.

ஆலயத்தில் நுழைந்ததும் துஜஸ்தம்பத்தைக் காணலாம். அத்துஜஸ்தம்பமானது நமது சிரசின்கண் உளள உறுப்புக்கள பலவற்றுள்ளும் மூக்கின் முனையிலிருந்து நேர் வழியாக எப்படி பிரகாச லிங்கம் இருக்கும் இடத்தை அறிய முடியுமோ அதுபோல ஆலய துஜஸ்தம்பத்திற்கு நேராக மூலஸ்தானம் அமைக்கப்பட்டுள்ளது. துஜஸ்தம்பத்தைக் கண்டவுடன அந்த துஜஸ்தம்பத்திலிருந்து இத்தனை அடியில் நேர்முகமாக மூலஸ்தானம் இருக்கின்றது என்ற

கணக்கை ஏற்படுத்தினார்கள். அக்கணக்கானது ஆலய விஸ்தீரணத்தை யொட்டியும் நிர்ணயிக்கப்பட்டது.

துஜஸ்தம்பத்தைத் தாண்டி உள் நுழையும்போது சுலபத்தில் உள் நுழையும் வழி தெரியாதபடி வாயிற்படி யருகில் குறுக்கே ஒரு மாடு படுத்திருப்பது நாசியின் முனையிலிருந்து சுவாசக் குழாய்க்குப் போகும் காற்றை லிங்கம் உள்ள இடத்திற்குச் செல்ல ஒட்டாதபடி ஒரு தடை நாசியின் முனையில் அமைத்திருப்பதைக் காட்டுவதற்கே யாகும். ரிஷபத்தைத் தாண்டி உட் சென்றவுடன் பேரிகை முழக்கமும் மணி யடிக்கும் சப்தமும் காதைப் பிளக்கிறது. இது ஷண்முகி முத்திரையின் தத்துவத்தைக் காட்டுவதாகும். இதைக் கடந்து செல்வோமானால் தீபப் பிரகாசம் தெரிவதை ஒரு தீப தரிசனம் காட்டுகின்றது. அதன்பின் நாத சப்த மும் ஐந்து தீப ஒளியும் தெரிவது போல் ஐந்து வத்தியை ஏற்றி ஆராதனை செய்கிறார்கள். அதன் பிறகு பதினொரு தீபம் தெரிவது போல் பதினொரு வத்தி கொண்ட ஆராதனை காட்டப்படுகிறது. பின் சந்திர ஒளி தெரிவதைக் காட்டுவதே ஒரு குடத்தில் நீரை நிரப்பி உச்சியில் தீபத்தைக் கொளுத்தி ஆர்த்திக் காட்டுவதாகும். ஆயிரம் சூரியனுடைய பிரகாசம் தெரிவது போல் காட்டுவதே தட்டு நிறைய தீபத் தைக் கொளுத்தி ஆர்த்திப்பதாகும். அகண்ட பிரகாசத்தைக் காட்டுவதே கடைசியாகக் காட்டப்படும் கற்பூர பெரு வெளிச்ச ஆராதனையாகும். இவற்றுள் கடைசி இரண்டு ஆராதனைகள் மாத்திரம் மூலஸ்தானத்திற்கு மேல் காட்டப்படுவதை ஆலயங்களில் கவனிக்கலாம். இவை லிங்கத்தி லிருந்து பிரகாசமானது உச்சிக்குச் செல்லும் வழியானதால் இவற்றை லிங்கத்திற்கு மேல் பாகத்தில் காட்டப்படுகின்றன.

இந்த வழக்கம் தென்னாட்டில்தான் உண்டு. ஆலய அமைப்பும் ஆராதனை முறையும் தென்னாட்டிற்கு மாறாகவே வடநாட்டில் காணப்படும். வடநாட்டு ஆலயங்களில் நைவேத்தியம் படைப்பதும் மூலஸ்தானத்தில் மனித உருவங்களை அமைத்தலும் கோபுரமின்றி துஜஸ்தம்பமின்றி ஆலயம் கட்டி யிருப்பதையும் காணலாம்.

தென்னாட்டு ஆலயங்கள் இத்தகைய தத்துவத்தை யுடையதா யிருந்தாலும் மூலஸ்தானத்தில் லிங்கமே அமைக்கப்பட்டிருந்த போதிலும் சாமிகளின் பெயர்களைப் பலவாராகக் கூறி வருவதின் காரணம் யாதெனில் பிரகாசத்தையே மூலமாக வைத்து வணங்கும் தென்னாட்டில் அரசர்களைக் கடவுளாக எண்ணி அவர்கள் சரீரத்தை மரணத்திற்குப் பின்னால் புதைத்து புதைக்கப்பட்ட இடத்தில் பிரகாச வடிவத்தை நட்டு, புதைக்கப்பட்ட அரசனின் பெயரை அதற்கு இட்டு அவனால் சம்பாதிக்கப்பட்ட பொருளில் ஆறில் ஒரு பங்கை அச்சமாதிக்குச் செலவிட்டு பொருளுக்குத் தக்கபடி பெரிய ஆலயங்களைக் கட்டினார்கள்.

பிறகு ஆரிய குருமார்களையும் தமிழ்க் குருமார்களையும் அவர்களுக்குப் பின்னால் அவர்கள் சரீரம் புதைக்கப்பட்ட இடத்தையோ அல்லது அவர்களது சின்னங்களையோ அன்றி அவற்றில் ஒன்றையோ பூமியில் புதைத்து அதன் மேல் பிரகாசத்தைக் குறிக்கும் லிங்கவடிவத்தைப் பொருத்தி பெயரை மாத்திரம் புதைக்கப்பட்டவரின் பெயராகக் கொண்டாடி வருகின்றனர்.

நாளடைவில் அசோகமன்னன் பர்மா சென்று திரும்பிய பின் பர்மா நாட்டில் நடக்கும் உற்சவாதிகளையும் அதனிடத்தில் மக்கள் காட்டும் ஊக்கத்தையும் கண்டு நம் நாட்

டிலும் உற்சவாதிகளை ஏற்படுத்தினார்கள். உற்சவாதிகள் ஏற்பட்டபின் புராணாதிகளும் ஏற்பட்டு விட்டன. பினனும் மக்கள் ஒரு காலத்தில் ஜோசியத்தில் நம்பிக்கை வைத்து ஜோசியத்தைப் பிரபலப்படுத்தியதால், அவ்வாலயங்களில் நவக்கிரகங்களையும் அமைக்கலாயினர்.

இம்முறையானது பொருத்தமில்லாத வகையில் இருந்த போதிலும் வழக்கமாக வழங்கப்பெற்று வேரூன்றியிருக்கின்றது. அறிவுடையோர் இதை ஆதரிக்காவிடினும் அனுஷ்டானத்தில் கையாளுகின்றதைக் காண்கின்றோம். எனவே தென்னாட்டு ஆலய அமைப்பானது சிவயோகத்தைக் காட்டும் குறியேயாகும்.

தென்னாட்டில் வழங்கிவந்த சிவயோகமானது தென்னாட்டு அரசனாகிய இராவணனால் அனுஷ்டிக்கப்பட்டு வந்தது. தவிர இராவணன் தனது பிரஜைகளையும் மற்ற தேசத்தவர்களையும் சிவயோகத்தை அனுஷ்டிக்கும் வண்ணம் கூறி சாம வேதம் என்று தற்காலம் கூறப்படும் அரிய தமிழ் நூலையும் எழுதிவைத்தான். அதற்கிணங்க ஆரியர்களால் அரக்கர்களென அழைக்கப்பட்ட தமிழ் மக்களும் குரங்குகளெனக் கூறிவந்த ஆந்திரமக்களும் சிவயோகத்தைக் கையாண்டு வந்தார்கள். சிவயோகத்தைக் கூறிவைத்த தமிழ் நூலை இன்று தமிழ்நாட்டில் ஒருவரும் காணமுடியாது. ஏனெனில் பழைய தமிழ்நூல்களை ஆரியர்கள் சமஸ்கிருத பாஷையில் எழுதி வைத்துவிட்டு தமிழ் நூல்களை நாசப்படுத்திவிட்ட காரணத்தால் நமது பாஷையில் நமது வேதம் காணப்படவில்லை. ஆனால் தமிழ் வேதமாகிய சாமவேதத்தை எழுதினவர் மாத்திரம் இராவணன் என்று ஒப்புக்கொண்ட காரணத்தால் தமிழ் மக்கள் ஏமாந்து போயினர். ஆயினும் ஒரு

தந்திரத்தை அவ்விடத்திலும் கூறிவைத்துள்ளனர். அதாவது இராவணனால் சாமவேதம் கூறப்பட்டிருந்தாலும் இராவணன் பூர்வ ஜென்மத்தில் தேவலோகத்தில் துவாரபாலகனாக இருந்து சகலமும் தேவேந்திரனால் தேவ பாஷையாகிய சமஸ்கிருதத்தில் கற்றிருந்ததால் பூர்வ ஜென்ம வாசனையால் இராவணன் சாமவேதத்தைப் பாடிவைத்தான் என்று கர்ணபரம்பரையாகச் சொல்லி வருகின்றனர்.

இதில் ஒரு சிறிதும் உண்மை இல்லை என்று பள்ளிப் பிள்ளைகளும் உணர்ந்துவிடலாம். ஏனெனில் இராவணனுக்குத் தன் நாட்டில் வழங்கிவந்த தமிழ் தெலுங்கு தவிர வேறெந்த பாஷையும் தெரியாது. எனவே தனக்கே சமஸ்கிருதம் தெரியாது என்றபோது தன் நாட்டு மக்களுக்கு சமஸ்கிருதம் எப்படித் தெரியும்? ஆதலால் அந்நாட்டு மக்களுக்கு ஸமஸ்கிருதமே தெரியாது என்பது உறுதி.

இந்நிலையில் யோசிக்கும்போது தனக்கும் தன்னாட்டு மக்களுக்கும் தெரியாத ஒரு பாஷையில் கடவுள் வழிபாடும் சட்ட திட்டமும் தத்துவங்களும் எழுதி வைத்ததாய்ச் சொல்லுமிடத்து அதை அனுஷ்டிப்பவர் யார், படிப்பவர் யார் என்று கேட்கக் கூடியவர்களாகின்றோம். இக்கேள்விக்குப் பதில் இன்மையால் ஆரியர்கள் சொல்லி வருவது பொய்க் கதை என்று தெள்ளத் தெளிவாகின்றது.

ஒரு சமயம் ஆரியர்கள் சொல்லும் கதையை நம்பினாலும் அக்கதை எவ்வளவுதூரம் பொருத்தமாகின்றது என்று ஆராய்வோமானால் ஒரு சிறிதும் பொருத்தமில்லாமல் காணப்படுகின்றது. எப்படியெனில் ஆரியர்கள் நாடாகிய வடநாட்டில் பிரகாசத்தைக் கடவுளாக வணங்குவதைக் காணோம். தவிரவும் வட நாடுகளில் அமைக்கப்பட்ட

பூர்வீக ஆலயங்களிலும், நவீன ஆலயங்களிலும் மனித உருவை கடவுளாக வைத்து வணங்கும் முறையையே கையாளப்பட்டிருக்கின்றது. லிங்கம் என்ற விஷயமே வட நாட்டில் காணப்படவில்லை. தற்காலத்து வடநாட்டு மக்கள் வேண்டுமானால் லிங்கம் என்பது சிவன் என்று தெரிந்து கொண்டிருந்தால் இருக்கலாம். அவ்வுணர்ச்சி கூட எதனால் ஏற்பட்டது என்று கேட்பீர்களாகில், இராமன் இலங்கை வேந்தனை, அவனது வஞ்சகத் தம்பியின் சகாயத்தாலும் பலத்தாலும் கொன்றதால் பிரம்மஹத்தி தோஷம் தன்னைப் பிடித்துக் கொண்டதாகவும் அதிலும் ஆந்திர நாட்டு மன்னனாகிய வாலியை அவன் தம்பி சுக்கிரீவனின் சகாயத்தைக் கொண்டு மறைவில் நின்று பாணம் எய்து அநியாயமாய்க் கொலை செய்த பாவம் முன்னமேயே மூண்டிருந்ததாலும் தன்னைத் தமிழ் நாட்டை விட்டு வடநாடு செல்ல மனமில்லாதவாறு அப்பிரம்மஹத்தி தோஷமானது செய்துவிட்டது என்று பலரிஷிகள் தனக்கு நியாயம் போதித்து இராமநாத புரத்து சமுத்திரக் கரையில் தென்னாட்டவர் வணங்கும் சின்னத்தைத் தானும் வழிபடுவதுபோல் காட்டக் கூடிய தந்திரமும் கலந்து சிவலிங்கத்தைத் தான் பூஜை செய்த தாய்ப் புராணம் எழுதி வைத்திருப்பதால் வடநாட்டார் சிவலிங்கத்தை விசாரித்து அறியக் கூடிய ஒரு சந்தர்ப்பமும் தென்னாட்டார் இராமனும் நம்முடைய வழிபாட்டை சிரமேற் கொண்டவனாக இருத்தலால் இராமன் நல்லவன் என்ற ஒரு பெயரை வகிக்கச் சந்தர்ப்பமும் ஏற்பட்டதே யொழிய இல்லாவிடில் வட நாட்டார் சிவலிங்கத்தின் வழி பாட்டை அறிந்து கொள்ளும் சந்தர்ப்பமே ஏற்பட்டிராது.

எனவே இத்தகைய காரணங்களால் லிங்க வழிபாடானது தென்னாட்டவர்களுக்கே உரியது என்று கூற இயலு

மாறுலும் மேலும் சில விஷயங்களை எடுத்துக் காட்டவும் இடமிருக்கின்றது. வடநாட்டில் அதாவது ராஜ மகேந்திரபுரத்திற்கு வடக்கிலும் வடமேற்கிலும் வாழப்பட்ட மக்கள் அனைவரும் இருக்கு, யசுர், என்னும் இரண்டு வேதங் களையே படித்தும் அனுஷ்டித்தும் வருகின்றனர். தென் னாட்டிலுள்ளவர்கள் சாம வேதத்தையே அனுஷ்டித்து வருகின்றனர். ஆதலால் சாமவேதம் தென்னாட்டுக்கே உரியது என்பதில் சந்தேகமில்லை. தென்னாட்டில் அமைக்கப் பட்டுள்ள ஆலயங்களின் தத்துவங்களைக் கூறக் கூடிய நூல் சாம வேதம் ஒன்றே யாதலாலும் சாமவேதத்தின் தத்துவத் தையே அடிப்படையாக வைத்து அமைத்துள்ளது தென் னாட்டு ஆலயங்கள் என்பதாலும் தென்னாட்டவர்களுக்குச் சொந்தமான தமிழ் வேதமே சமஸ்கிருத பாஷையில் மாற்றி அமைக்கப்பட்டிருக்கின்றது எனப் புலப்படுகின்றது. தவிர சையாம் நாட்டில் இன்றும் தமிழிலே சாமவேத மூல புத்த கங்கள் இருக்கின்றன. அவற்றை அந்நாட்டு அரசன் பாது காத்து வருவதுமன்றி தமிழையே வேதமாகவும் தமிழ் மொழியையே பூர்வ பாஷையாகவும் சையாம் நாட்டு மன்னர் கருதி வருவதாய்த் தெரிகின்றது.

தமிழ்த் தத்துவநூலைத் தங்கள் நூல்களோடு சேர்க்கா திருப்பார்களே யானல் ஆரியர்கள் தென்னாட்டில் இப் பொழுது இருக்கும் நிலையில் இருந்திருக்க முடியாது. அதற்கு மாறாக இப்பொழுது இந்துக்களும் மகம்மதியர்களும் எப்படி வித்தியாசம் பாராட்டுகின்றனரோ அதுபோலவே ஆரியரும் தமிழரும் வித்தியாசம் பாராட்டி ஒழுகி வந்திருப்பார்கள். அப்படிக்கின்றி தமிழர்களின் தத்துவத்தைத் தங்கள் வேதத் தோடு சேர்த்துக் கொண்டு சமத்துவம் கொடுத்ததிலுல் தமிழர்கள் ஆரியர்களில் அடங்கிவிட்டார்கள்.

ஆரியர்கள் தங்கள் ஆதிக்கம் தென்னாட்டில் பரவப் பரவ ஆரியக் கதைகளையும் கொள்கைகளையும் புகுத்தித் தமிழர்களின் கதைகளையும் கொள்கைகளையும் தாழ்மைப்படுத்தி விட்டார்கள். அதற்கேற்ப கம்பன் எனனும் ஒரு தமிழ் மகன் இராமன் கதையை வடநாட்டுக் கதையான ராமாயணக் கதையை எழுதிய வால்மீகியின் கருத்தையும் விஷயங்களையும் தமிழ் நாட்டுக் கேற்றவாறு திருத்தியும் மாற்றியும் எழுதிவைத்தான். அதனால் தமிழ் நாடு பூராவும் இலக்கியத்தின் அவசியத்தைக் கருதியும் கம்பனின் கவித்திறமையைக் கண்டு மகிழ்ந்து இராமாயணக் கதையைப் போற்ற ஆரம்பித்து விட்டார்கள். சுருக்கிக் கூறுமிடத்து கம்பனால் எழுதப்பட்ட இராமாயணத்தைப் படிக்காத தமிழ்ப் பண்டிதரே இல்லை எனும் தன்மையைத் தென்னாடு அடைந்து விட்டது.

இராமாயணக்கதை பரவப் பரவ இராவணன்பால் துவேஷ புத்தியும் கெட்ட எண்ணமும் தமிழ்மக்கள் மனதில் தோன்றலாயிற்று. ஆகவே, தமிழர்கள் எல்லோரும் தங்களை ஆரிய வம்சத்தில் நான்கு ஜாதியில் சக்திக்கும் புத்திக்கும் தக்கவாறு ஒவ்வொரு ஜாதியில் சேர்த்துக் கொண்டு தாங்கள் நான்கு ஜாதிகளில் ஒருவராகக் கூறிவருகின்றனர்.

எனவே தென்னாட்டில் இராவணன் காலம் தொட்டு இன்று வரை ஜாதி மதம் என்று சொல்லும் மக்களைப் பிரிக்கும் பாகுபாடுகள் இருந்ததாகத் தெரியவில்லை. ஆரியக் கலப்பே ஜாதிவித்தியாசத்தை உண்டு பண்ணியது என்பது உறுதி.

தமிழ் மன்னன் வாழ்ந்த காலத்தில் தனக்குத் தெரிந்த எந்த இடத்திலும் உயிர்க் கொலை நடக்கக்கூடாது என்ற

நிடத்தை வகித்து அரசு செலுத்திவந்தான். தனக்குச் சம்பந்தமில்லாத நாட்டிலும் உயிர்க்கொலை நடக்கும் சமயம் அங்குச் சென்று உயிர்களைக் காப்பாற்றிவந்தான். இவ்வொரு காரணமே இராவணன்பால் வடநாட்டார்களுக்கு விரோதம் ஏற்பட்டதற்குக் காரணம். விரோதிகள் என்று சொன்ன வட நாட்டார்களும் இராவணனுடைய ஜீவகாருண்யத்திற்கு வணக்கம் செய்து போற்றுகின்றார்கள். அப்படி போற்றப் பட்டவர்களில் பர்மியர்களும் சேர்ந்தவர்களாவார்கள். ஏனெனில் பர்மா நாட்டு அரசனை இந்திரன் எட்டுத்தரம் தென்னாட்டில் படை எடுத்துச் சிறைப்படுத்தப்பட்டபோது எட்டு முறையும் இந்திராணியின் இரங்கலுக்குச் செவிசாய்த்து விடுவிக்க வீரமன்னன் ஒருகாலத்தில் இந்திரன் நோய் வாய்ப்பட்டு மரணத் தருவாயில் இருக்கும்போது தனது மாளிகை வைத்தியனாகிய சீவகன் என்பவனை அங்கு அனுப்பி அவன் மூலம் சிகிச்சை செய்வித்து உயிர்மீட்டான். அந் நன்றியை மறவாத இந்திரன் தமது நாட்டில் சீவகனை ஆலயங்களில் கடவுளாக அமைத்து வணங்கலானான். இப் பழக்கம் இன்றும் பர்மாவில் நடந்துவருவதை நோக்குமிடத் துத் தமிழ்மன்னனின் உதாரகுணம் நன்கு விளங்கும். சீதை யைத் தூக்கித் தன் துடையில் வைத்து விமானத்தை நடத் திச் சென்ற மன்னன் பெண்ணின் மனதிற்கு மாறாக பலாத்காரத்தால் கற்பழிக்க எண்ணாமல் இதமான கதைகளை யும் தன் வன்மைகளையும் பராக்கிரமத்தையும் சொல்லி தன்னை மருவக்கேட்டானேயன்றி மறந்தும் பலாத்காரம் செய்யத் துணிந்தானில்லை. எனவே தர்ம சீலனான மன்னன் தன் தம்பியின் வஞ்சகத்தால் மாண்டொழியவே, அவனால் ஏற்பட்ட சகலமும் நாசமடைந்தது. நாடும் சீர்குலைந்தது. அவனும் பிறரால் இழிவுபடுத்தப்பட்டான். ஆராய்ச்சி

யாளர் இராவணன் கதைகளாகிய முப்பத்தெட்டு கதைகளை யும் நன்றாய் வாசித்தால் இராவணனின் சிறப்பு நன்கு புலப்படும். இவை பர்மா பாஷையில் கிடைக்கின்றன.

எனவே, வேதத்தை உண்டு பண்ணிய அரசனால் ஆளப் பட்ட தமிழ் மக்களே பிற்காலத்தில் ஜெயம்பெற்ற ஆரியர் களோடு சேர்ந்து கொண்டு தங்கள் மன்னனையே இழிவு படுத்த ஏற்பட்டார்கள. இத்தியாதி பல காரணங்களால் சாமவேதம் பாராமரிக்கப்பட்டது என்றாலும், அவ்வேத மானது இன்றும் உயிர் பெற்று வாழ்கின்றதென்றால் நம் தமிழர்களின் அதிர்ஷ்டவசமே யாகும்.

சாம வேத தத்துவமே சிவயோகத்தைக் கூறும் வேதம் என்பதோடு சாமவேதமே நாத சப்தத்தால் மோட்சத்தை அடையச் செய்யும் என்று சொன்ன நூலாகும். சாம வேதத்தில் கூறிய சப்தத்தின் தத்துவத்தை ஆதாரமாய் வைத்துக்கொண்டு ஆரியர்கள் சப்தோபநிஷத்து என்னும் ஒரு உபநிஷத்தை ஏற்படுத்தினார்கள். இந்த உபநிஷத்தையே நாத பிந்து உபநிஷத்து எனவும் சொல்லுவார்கள்.

சாம வேதத்தில் ஆயுளைப் பெருக்கி அறிவை வளர்த்து மோட்சத்தை அடைவிக்கும் மார்க்கத்தை சொல்லியிருக் கின்றது. என்றாலும் மோட்ச லக்ஷணத்தை அதிகமாகக் கூறாமல் மோட்சத்திற்கு முன் சாதனங்களை விரிவாகக் கூறி யிருக்கின்றது.

சப்த பேதம்

சப்தத்தின். வித்தியாசத்தால் மனிதன் உயிர் வாழவும் மரணமடையவும் சாத்தியமாம். அளவுக்கு மீறிய ஒரு பெரிய சப்தத்தைக் கேட்ட ஒரு மனிதன் அந்த க்ஷணத்தி

லேயே மரண மடைவான். அளவுக்குட்பட்ட அதிக சப்தத்தைக் கேட்கும் மனிதன் கோபத்தை அடைவான்; அன்றி பயத்தை யடைவான். ஆதலால் வார்த்தைகளில் கோபிக்கக் கூடிய பதங்களை உபயோகிக்காவிடினும் சப்த உச்சரிப்பால் கேட்கப்பட்டவனை பயமும் கோபமும் அடையச் செய்து விடும். ஆதலால் உரத்த சப்தமானது மக்களைத் துன்புறுத்துவதற்கு ஏதுவாகும். அதிகமான சப்தமுள்ள ஒரு இடத்தில் வாசம் செய்யும் மனிதன் சதாகாலமும் நோயுள்ளவனும் கோப முடையவனுகவும் காணப்படுவான். ஆதலால் மக்கள் வாசம் செய்யும் இடம் சப்தமற்றதாய் இருக்க வேண்டும்.

குறைந்த சப்தத்தையும் காலத்திற்கு அதாவது காலை உச்சி மாலை இரவு நித்திரைகாலம் நடுநிசி கண் விழிக்கும் பிராதகாலம் காலை நேரம் ஆக காலங்களைப் பிரித்து அவ்வக் காலங்களுக்கு ஏற்ற சப்தத்தால் மனித உயிருக்கு நன்மையைச் செய்விக்கும் வகையில் சப்தங்களை அமைத்து சப்தத்தை ஏற்படுத்தி சங்கீதம் எனக் கூறிவைத்த நூல் சாமவேதமேயாகும்.

சப்தத்தால் நோய் வாராமல் தடுப்பதற்கும், ஆயுளைப் பெருக்குவதற்கும் சாத்தியம் என்பதைக் காட்டும் ஆஸ்பத்திரிகளும் இக்காலத்தில் ஜெர்மனியில் ஏற்பட்டிருப்பதை அறிய நம் நாட்டு சாமவேதத்தின் தமிழர் நெறியின் பெருமை புலப்படுகின்றது. சாதாரணமாய் நயமாகவும் இனிமையாகவும் ஓசையாகவும் பாடும் பாட்டைக் கேட்கும் ஒருவன் தனனுடைய மனோ சம்பந்தமான சகல எண்ணங்களையும் மறந்து தேகத் தோற்றமு மின்றி அறிவு மாத்திரமாய்த் தன் சிவலிங்க வடிவத்தில் கவனம் செலுத்தும் பாவனையில்

ஒன்றும் தெரியாமல் இருக்குமாறு செய்விப்பதை அனை வரும் கண்டிருக்கும் உண்மை எனச் சொல்லலா மல்லவா? ஆதலால் அத்தகைய சாதனத்திற்குக் காரணமாய் இருந்து உலகத்தை உச்சீவிக்கச் செய்தவன் இராவணனே யாகும்.

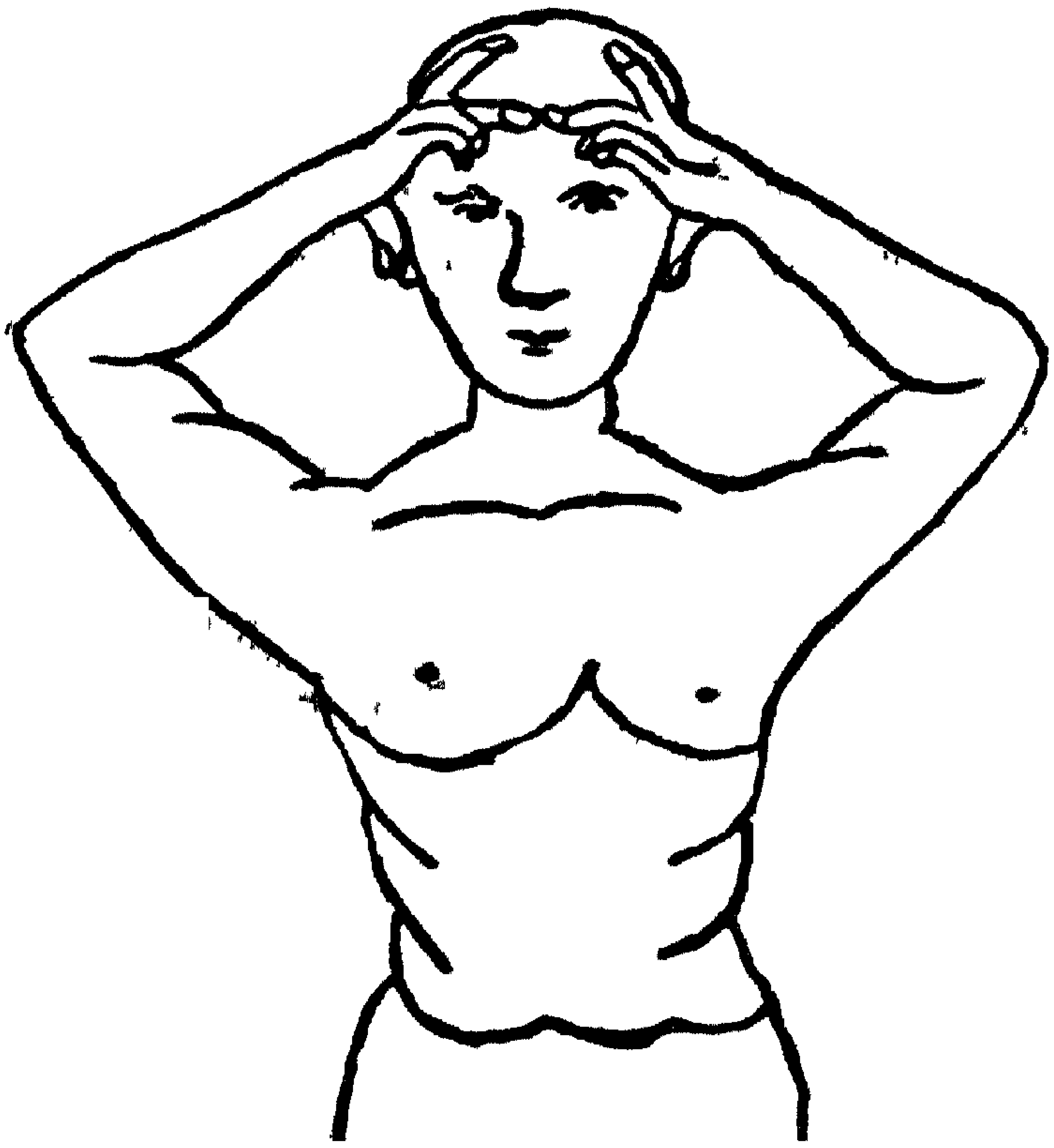
சாம வேதத்தில் கூறியபடி பிரகாசமாக தாம் இருப் பதற்கு மனமானது சப்தத்தைப் பற்றிக் கொண்டால் பிரகாசத்தினிடம் அம்மனதை சப்தமானது கொண்டு போய் சேர்ப்பித்து அப்பிரகாசத்திலேயே லயமாய்விடும். எனவே, மனமானது நாதசப்தத்தைப் பற்றிக் கொண்டு பழகும் பழக்கத்தையே சிவயோகம் என்று கூறினார்கள். அத்தகைய சிவயோகத்தில் கூறிய மூன்றாவது வழிபாட்டை இங்கு கூறப்படும்.

நாத சப்தம் என்பது பிரகாச வடிவ குழாயினின்றும் வெளிவரும் சிறிய துவாரத்தின் மூலம் புருவ மத்திய தில் இருக்கும் சிதாகாச வெளியில் கேட்கப்பட்ட ஒருவித சப்தமாகும். சப்தங்களில் பல பாகத்தில் தோன்றக்கூடிய பல சப்தங்கள் இருப்பதால் இடபேதத்தை அறியவும், இதத்தைத் தரத்தக்கதுவுமான சப்தத்தையும் குறிப்பான் வேண்டி நாத சப்தத்தைக் கூறினது. எனவே நாத சப் தம் என்ற மாத்திரத்தில் ஒவ்வொருவருக்கும் வெளியில் கேட்கப்பட்ட சப்தங்களையும் உள்பாகத்தில் வயிறு, இரு தயம், வாய், தொண்டை, காது ஆகிய இவைகளிடம் காணப்பட்ட சப்தத்தை விடுத்து குறித்த இடமாகிய பிரகாச வடிவ லிங்கத்தினின்றும் உண்டாகும் சப்தம் என அறியவே நாதசப்தம் எனக் கூறப்பட்டது.

நாதமானது இருவகைப் பொருளைக் குறிக்கும். ஒன்று சப்தம் மற்றொன்று வஸ்து. இவற்றுள் மேல் சொன்ன நாத மானது சப்தத்தை குறிப்பது.

கேசரி முத்திரை

இம் முத்திரையைப் பழக ஆரம்பிக்கும்போது கண்ணை யும் வாயையும் மூடிக்கொண்டு இரு பெரு விரலால் இருகாது களின் முனையை அழுத்திக் கொண்டு இப்படத்தில் காட்டி யிருக்கும் வண்ணம் இரு நடுவிரல்களை நடுநெற்றியில் குறி யாக வைத்துக் கொண்டு அக்குறியின் பாகத்திலிருந்து



ஒன்றரை அங்குலம் உள்பாகத்தை மனதில் கவனித்து 'சிவயவசி' என நினைத்தபடி அங்குத் தோன்றும் சப்தத்தைப் பற்றிப் பழகல் வேண்டும். இப்படிப் பழகும் காலத்தில் பதி னொரு தீபம் பிரகாசிப்பது போல் பிரகாசம் தோன்றும். அதுகாலை பிரகாசத்தைப் பொருள் செய்யாமல் அங்குக் கேட்கப்பட்ட மணியோசையையும் நாத ஓசையையும் இடைவிடாது தைலதாரைபோல் கவனித்து வரல்வேண்டும். அப்படி கவனித்து வரும் காலத்தில் சரீரத்தோற்றமும்

உலகத் தோற்றமும் விளங்கமாட்டாது. அந்த சமயத்தில் காண்பானும் காட்சியும் காணப்படும் பொருளும் ஆக மூன்றைத் தவிர வேறு வஸ்துக்கள் இருக்கமாட்டா. அதாவது பிரகாசமும் சப்தமும் (தீபமும்) அறிவும் ஆக இருக்கும் நிலைமை உண்டாகும்.

இந்த நிலைமையை அடைபவன் எவனோ அவனே உயிர்களில் மேலானவன். இத்தகைய ஒருவனைத் தவிர மற்றையோனை உலகாயதன் என்று கூறலாம். உலகாயதன் தான் பிறந்தது முதல் மரணமடையும் காலம் வரையில் உலகத்தில் காணப்பட்ட போகங்களை அடையக் கருதி அதற்கான சாதனங்களைத் தேடி அலையும் போது தேடிய பொருள் கிடைத்தால் சிறிது சந்தோஷமும் இல்லையேல் துக்கமும் அடைந்து வருவதுடன் வேண்டிய வஸ்து கிடைப்பினும் அதை விடுத்து அதற்கு மேலாம் ஒன்றை நாடி யலைதல் முதலான துக்கத்தில் சுகமென பாவித்து இரவு பகலாக அலைந்து போக சுகத்தையே மேலெனக் கருதி காலத்தைக் கடத்தி மரணத்தின் வாய்ப்பட்டு மாளுபவன் எவனோ அவனே உலகாயதன் எனப்படுவோனாகும்.

சாகாமல் நீடித்து உயிர்வாழ தலைப்பட்ட ஒருவன் தனது உலககாரியங்களை ஒரு சிறிது செய்து முடித்து ஓய்வு கிடைத்த காலத்தில் ஓரிடத்தமர்ந்து மேற் சொன்ன சாதனத்தை அப்பியசிப்பான். இவன் செய்யும் அப்பியாசத்தின் காலம் நீங்க மற்ற காலங்களில் தேக சம்பந்தமான வேலைகளையோ அல்லது மனோ சம்பந்தமான வேலைகளையோ குஷ்டிபாதைக்காகச் செய்துவரும் காலத்தில் சிந்தையைச் சிவயவசி என்ற வாக்கியத்தில் வைத்திருத்தல் வேண்டும். இது எப்படி சாத்திய மெனில் இதற் கொரு கதையைக் கூறுவோமாக.

வள்ளிநாயகி கதை

வடநாட்டில் ஓர் அரசன் இருந்தான். அவ்வரசன் தனது நாயகியினிடத்தில் மிகப் பிரியமாய்க் காலங் கழித்து வந்தான். இவ்வாறு காலங் கழிக்கும்போது தன் நாயகியை உலகிலுள்ள சர்வத்திலும் மேலான பொருளாகவும் தனக்குச் சுகசாதனப் பொருளாகவும் மதித்துவந்தான். இத்தகைய மதிப்பு அவ்வரசனுக்கு ஏற்பட்டதற்குக் காரணம் யாது எனக் கேட்கப் பெறின் அவ்வரச குலத்தின் வழக்க ஒழுக்கமே யாகும்.

வழக்கம்

அவ்வரச குலத்தின் வழக்கம் யாதெனில் எவ்வளவு எளிய அரசனுக இருந்தபோதிலும் தனக்கு மணம் செய்து கொள்ள வேண்டுமானுல் மணப் பெண்ணைப் பெற, பெண்ணின் பெற்றோர்களுக்கு இருபது ஆயிரம் அல்லது முப்பது ஆயிரம் பொன் கொடுத்து அப்பெண்ணை வாங்கி, பிறகு பிற அரசர்களுக்கும் மற்றையோர்களுக்கும் ஓலையனுப்பிப் பற்பல வகையான பண்டுபலகாராதிகளைப் பந்து மித்திரர்களுக்கிட்டு வாசனைத் தாம்பூலாதிகளைக் கொடுத்து, உயர்ந்த புனுகு சவ்வாதுகளை விருந்தினர் நெற்றியிலும் ஆடைகளிலும் அணிவித்து, பன்னீர்களாலும் புஷ்பங்களாலும் வந்துள்ளவர்களைச் சந்தோஷப்படுத்தியும் வரப்பட்ட ஏழை எளியவர்களுக்குத் துணி கொடுத்தும் பார்ப்பனர்களுக்கும் சாஸ்திரிகளுக்கும் புரோகிதர்களுக்கும் சொர்னத்தாலும் வெள்ளியாலும், ஆடையாதிகளாலும் ஆகார வகைகளாலும் தானம் கொடுத்து அனுப்புவதும் சங்கீத வித்வான்களுக்கும், நடன வேடிக்கையால் ரமிக்கச் செய்யும் தாசிமார்களுக்கும், மற்ற தொழிலாளிகளுக்கும் வேண்டிய

அளவு பொன்னைக் கொடுப்பதும் ஆகிய செலவுகள் செய்து விவாகம் நடத்துவது வழக்கமாதலால் அவ்வழக்கத்திற் காகத் திரண்ட பொருள் இருக்க வேண்டியதாய் இருக்கும். ஆதலால், பொருட் செலவை அதிகம் செய்தால்தான் ஓர் அரசனுக்கு ஒரு பெண் மனைவியாக இருக்க ஏற்படுத்திக் கொள்ள முடியும். இது இப்படி இருக்க, பழக்கம் வேறு இருக்கின்றது. இப்பழக்கத்தையும் சிறிது கூறிவிடுவோம்.

பழக்கம்

விவாகத்தை உத்தேசித்தும் பணத்தை உத்தேசித்தும் பூமியை உத்தேசித்தும் தேசத்தை உத்தேசித்தும் கடல் யாத்திரை மூலம் தூரதேசங்களுக்குச் சென்று பொருள் முதலியவைகளைத் தேடும் பொருட்டு அரசன் செல்ல வேண்டியவனுதலால் எத்தகைய அழகுவாய்ந்த மனைவி யானாலும் சரி, ஒப்பற்ற சுகத்தைத் தரக்கூடிய மனைவியான போதிலும் சரி நாயகியைத் தனியே நாட்டில் விட்டு விட்டு நாயகன் மாத்திரம் பொருள்தேட வருடக் கணக்கில் வெளி சென்று திரும்புவது வழக்க மாகும்.

இவ்வழக்கத்தால் பிரிக்கப்பட்ட சதிபதிகள் எவ்வளவு ஒற்றுமையாய் வாழ்ந்து வந்திருந்தாலும் நெடுநாள் பிரிந் திருக்கும் காரணத்தால் இருவரும் தங்கள் சுகபோகத்திற் கேற்றவர்களைத் தேர்ந்தெடுக்க நேரிடுவதால் அன்பானது மாற இடந்தருகின்றது. நாளடைவில் பிரிந்திருக்கும் காரா ணத்தால் ஒருவருக் கொருவர் உள்ளன்பில்லாதவர்களாக மாறி விடுகின்றனர்கள். எனவே ஒரு காலத்தில் இருவரும் ஒன்றுபட நேரில் வெளித் தோற்றத்தில் பார்ப்பவர்களுக்கு அன்புள்ள சதிபதிகளைப் போல் காணப்பட்டாலும் அந்த ரங்கத்தில் அன்பில்லாதவர்களாகவே வாழ்கின்றனர். தவிர

நாயகன் வெளி சென்று நாடு திரும்பும் வரையில் தங்களினப் பெண்களோடு அதாவது அரசகுடும்பத் தவர்களோடு நாடுகளைச் சுற்றித் திரியும் வழக்கம் அரசகுலப் பெண்களுக்கு உண்டு. கணவன்மார்களைப் போல் அரசமகளிரும் காலைக் கடனுக்காக ஏகாந்த இடத்தைத் தேடிச் சென்று காலைக்கடனை முடித்துவிட்டுத் தங்களுடன் சகாவாக வரும் பெண்களோடு உல்லாசமாய் வார்த்தைகள் பேசிவிட்டு அரண்மனைக்குத் திரும்பும் பழக்கம் உண்டு.

இத்தகைய வழக்கத்தால் மனம் சிதறி தன்னால் பிறநாயகனை நாடும் குணம் இயற்கையாகவே அமைந்து விடுகின்றது. அரச குமாரர்கள் திரும்பிய காலத்து தம் நாயகியின் சரித்திரத்தை ஒருவாறு அறிந் திருந்தும் நாயகியின் பால் குற்றம் கண்டு நீக்கிவிட முன் வருவதில்லை. ஏனெனில் வேறு மனைவியைத் தேட வேண்டு மானால் பொருள் செலவு அதிகப்படுவதால் பெண்களின் சுதந்தரத்தைப் பங்கம் செய்ய இடமில்லாமல் வாளா விருப் பார்கள். இந்த வழக்கமானது வட நாட்டு பாகத்தில் ஒரு பக்கம் இருந்தது.

வள்ளி நாயகி

மேற் சொல்லிய பழக்க வழக்கங்களை யுடைய ஒரு நாடு வடபாகத்தில் தநுஜ நாடு என்ற பெயரோடு இருந்தது. அந்த நாட்டில் வில்வேந்தன் என்னும் ஓர் அரசன் இருந் தான். அவ்வரசன் தனக்கு வாழ்க்கைத் துணையாக வள்ளி நாயகி என்னும் ஒரு பெண்ணை தன் வம்ச முறைப்படி மணந்து வாழ்ந்து வந்தான். அவ்வரசனானவன் பராக்கிரம சாலியும் வீரனுமாய் விளங்கினான். தனது நாயகியினிடத்து

மிகப் பிரியமுள்ளவனாகவும் உயிரும் நகமும் போலவும் உட லும் உயிரும்போலவும் அன்புடையவனாய் வாழ்ந்து வந்தான்.

இப்படி வாழ்ந்து வரும் நாளில் அவ்வேந்தன் பொருள் தேட வேறு நாடு சென்றிருந்தபோது அவ் வரசனின் நாயகி யானவள் அரண்மனைச் சாரதியை நேசிக்கலானாள். இந்நேசம் நாளுக்கு நாள் அதிகரித்து விட்டது. நேசம் அதிகரிக்க அதி கரிக்க ராணியின் மனமானது சதா தனது சோர நாயகனையே நாடி விட்டது. ஆனால் தனது நாயகனாகிய அரசனிடம் சகல அபிநயங்களையும் காட்டுவதுடன் நாயகனுக்கு வேண்டிய சகல சுக சாதனத்தையும் ஈந்து வந்தாள். அவை வருமாறு: காலையில் நாயகனுக்கு முன் எழுந்திருந்து நாயகன் விழிப்ப தற்குள் வேலையாட்களை விழிக்கச் செய்து வெந்நீர் வைத்து விட்டு பல் துலக்க பற்பொடி முதலியவைகளைத் தயார் செய்து வைத்துவிட்டு பலகாராதிகளைச் செய்ய ஏற்பாடு செய்து விட்டு தானும் குளித்து அலங்காரம் செய்துகொண்டு நாய கன் விழிக்கும்போது எதிரில் நிற்பாள். இதைக் கண்ட நாயகன் மன உற்சாகத்தோடு புன்சிரிப்புடன் மனைவியை நோக்கியபடியே காலைக் கடனுக்குச் சென்று திரும்புவான். இந்தக் காலத்தில் வேலைக்காரன் பலகாரங்களைப் போசனசாலை யில் கொண்டுவந்து வைத்துவிட்டு யாக சாலைக்குப் போய் விடுவான். சமைப்போன் சென்றவுடன் அரசியானவள் சில பலகாரங்களை எடுத்துத் தனது ஆசைக்குகந்த சாரதிக்காக பத்திரப்படுத்திவிடுவாள். இது நடந்த சில நிமிடங்களுக்குள் அரசன் போஜனசாலைக்குள் நுழைவான். அரசன் நுழைந்த பின் அரசனுக்கு அன்போடு உபசரித்து பலகாராதிகளைக் கொடுத்து தாம்பூலம் தரிக்கச் செய்துவிட்டு ஆடையணியும் தருணத்தில் சாரதி வீதியில் வாகனத்தைக் கொண்டுவந்திருப் பதைப் பார்ப்பதுபோல் பார்த்து தான் முன்னமேயே

எடுத்து வைத்திருக்கும் பலகாரத்தை அவனுக்கு வீசி எறிந்து விட்டு அவன் பிரித்துத் தின்பதைப் பார்த்து ஆனந்தத்தை யடைந்துகொண்டிருப்பாள். இதற்குள் அரசன் வெளி வரும் சந்தடி கேட்டு அந்தப்புரம் சென்று ஒன்றும் அறியாத வளைப்போல் அமர்ந்து விடுவாள். மீண்டும் போஜன வேளையில் அரசனிடம் பணியாற்றுவாள்; அவள் செய்யும் பணியானது அன்னமிடல், பலகாரம் படைத்தல், தாம்பூலம் கொடுத்தல், ஆலிங்கனம் செய்வித்தல், முத்தமிடல் ஆகிய தேகத்தால் ஆகும் வேலைகளைச் செய்வாள். ஆனால் பிறருக் குத் தான் தேகத்தால் மனப்பூர்வமாய் வேலை செய்வது போல் காணப்பட்டாலும் தன்னுடைய தேகத்தால் தனது நாயகன் போகசுகத்தை யனுபவிப்பதுபோல் தான் எப்படி சுகத்தை அடைந்ததாய் நினைக்கமாட்டாளோ, தன்னுடைய சுகத்தை எப்படி சாரதியினிடம் எதிர்பார்த்திருப்பாளோ அது போலவும் நாயகனிடத்தில் மனோசம்பந்தமான உல்லாச சங்கிதங்களையும் வார்த்தைகளையும் கூறினாலும் அதனால்நாயக னுடைய மனம் உற்சாகத்தில் மூழ்கினாலும் தான் அதை எவ்வாறு பாராட்டமாட்டாளோ அது போலவும் சிவ யோகத்தை அனுஷ்டிக்க முற்பட்ட ஒருவன் தன்னுடைய தேகமுதல் மனோசம்பந்தமான காரியங்கள் உலக சம்பந்த மாய் எத்தகைய தொழிலைச் செய்துகொண்டிருந்தாலும் ராணியின் மனம் எப்படி சதா சாரதியினிடத்தில் இருந்ததோ அதுபோல அப்பியசியின மனம் சிவயவசி என்ற மந்திரத்தில் இருக்கும்.

இத்தகைய மனமுடையவருக்கே மேல் சாதனங்கள் சுலபத்தில் சாத்தியமாம். ஆதலால் சிவயவசி என்னும் மந் திரத்தை நடக்கும் போதும் வேலை செய்யும்போதும் தூங்கும் போதும் நினைத்துக்கொண்டிருத்தல் வேண்டும். இப்படி

நினைப்பதால் உலக காரியம் பற்றுது விலகிவிடும். அப்போதுதான் சுலபத்தில் சுகதுக்கத்தினின்றும் வேறாய் காணப்படலாம். எனவே பற்றற்ற நிலையை அடைய சாத்தியமாகும் என சிவயோகம் கூறுகின்றது.

சிவயவசி

சிவயவசி என்ற மந்திரத்தால் நமக்கு எப்படி நன்மை உண்டாகும் என்னும் வினவிற்கு விடை கூறுவோமாக. இந்த மந்திரமானது ஐந்து எழுத்தால் அமைக்கப்பட்டது. இவற்றுள் சிவ என்ற எழுத்தை இரண்டுமுறை கூறியும் ய என்ற எழுத்தை ஒரு முறை உரைத்தும் இருப்பதின் தத்துவம் யாது இது எத்தகையது எனக் கேட்கும் அறிஞர்களுக்குத் தெளிவுற விளக்குவது அவசியம் ஆதலால் இதனைத் தெளிவாகக் கூறுவோமாக.

சிவ என்ற சப்தமானது சிவம் என்னும் அகண்ட பிரகாசத்தைக் குறிக்கின்றது. சிவ என்பதற்கு மங்களம். எனப் பொருள் கூறுவாருமுளர். சாமவேதத்தில் சிவம் என்பதற்கு எங்கும் நிறைந்துள்ள அதாவது பரிபூரணமான பிரகாசம் எனப் பொருள் கூறியிருப்பதால் இங்குச் சிவ சப்தத்திற்கு எங்கும் நிறைந்த பிரகாசம் என்றே பொருள் கொள்ளல் வேண்டும்.

சிவ என்ற எழுத்தை நினைக்கும்போது புருவ மத்திய ஸ்தானத்திலிருக்கும் வெளியினிடத்தில் மனதையும் காற்றையும் கொண்டுபோய்ச் சேர்க்கும். அவ்வெளியில் சென்ற காற்றானது ய என்ற சப்தத்தால் பரவச்செய்து மீண்டும் வசி என்ற சப்தத்தால் மேல் பாக துவாரத்தில் நுழையச் செய்யும். ஆதலால் இம்மந்திரத்தில் ய என்னும்

சப்தம் ஜீவனைக் குறிக்கும் எனப்படும். எப்படியெனில் ஆகாயத்தினிடத்திற்குக் கொண்டுபோய்ச் சேர்த்தக் காற்றை (ய) என்ற சப்தமானது மீண்டும் சரீர சம்பந்தப்படுத்தி பின் வசி என்னும் சப்தத்தால் மேல் துவாரத்தில் தள்ளிவிடுகின்றது. எனவே இதில் காற்றை புருவ மத்திய ஸ்தானமாகிய சிதாகாசத்தில் கொண்டுபோய்ச் சேர்ப்பது சி என்ற சப்தமேயாகும். மீண்டும் மேல்போகச் செய்வதும் சி யேயாகும். ஆதலால் இம்மந்திரத்தில் சிகாரமே சிறப்புடையது.

இம்மந்திரத்தைச் சிலர் வேறு விதமாகவும் கூறுவர். சிவ என்ற சப்தமானது பிரகாசமாகிய கடவுளை குறிப்பதென்றும், 'ய' என்ற சப்தமானது ஜீவனைக் குறிப்பதென்றும், வசி என்ற சப்தமானது இவ்விரண்டும் ஒன்றென்பதைக் குறிக்கும் என்றும் கூறுவர். மற்றும் சிலர் சிவ என்னும் கடவுளே 'ய' என்னும் ஜீவனாக 'வசி' இருக்கின்றேன் என்று கூறுவர். இத்தகைய அர்த்தங்களால் விவகரிக்கப்பட்ட மந்திரத்தையே சூட்சும மந்திரம் என்பர்.

சி என்ற சப்தமானது நமது சரீரத்தில் வியாபிக்கக் கூடிய காற்றை ஒரு சிறிது சிதாகாசத்திற்குச் செல்லும் துவாரத்தையுடைய நிரம்பினுள் காற்றை நுழைத்து விடும் சக்திவாய்ந்ததாகும். அப்படி நுழைந்த காற்றை சிதாகாச வெளியில் தயங்க வைப்பது அ் என்ற சப்தமாகும். சி அ். என்ற சப்தத்தை ஒன்று படுத்திச் செய்வதே சிவ எனத் திருந்தியதாகும். ய என்ற சப்தத்தால் தயங்கி இருக்கும் நிலையைக் காட்டுவதால் ஜீவ ஆதாரமான சங்கல்ப உற்பத்திக்கு ஏதுவான ய சப்தத்தால் சலனம் ஏற்படுவதால் ய என்ற சப்தமானது ஜீவ ஆதாரமாகிய சங்கல்ப உற்பத்திக்கேதுவாகிய சலனரூப ஜீவன் எனப்படும்.

'ய' என்ற சப்தமானது சிதாகாசம் என்ற ஆகாசத்தில் சென்று தனித்து நில்லாமல் சிதாகாசத்தைச் சுற்றியுள்ள தசையையும் நாடியையும் பரிசித்து தேகோக நாட்டத்தை யடையப் பெறச் செய்வதால் 'ய' என்னும் சப்தமானது ஜீவனைக் குறிக்கும் சப்தமெனச் சொன்னார்கள். ஜீவனைக் குறிக்கும் என்பது ஜீவபோதத்தைத் தரும் என்று கொள்ளல் வேண்டும்.

இதன் முக்கிய தாத்பர்யம் யாதெனில் பிராணக்காற்றை அதாவது சலனத்தனத்திற்குக் காரணமாகிய காற்றை 'சிவ' என்ற சப்த சகாயத்தால் ஆகாயத்தில் கொண்டு சேர்த்த பின் அந்த ஆகாயத்தின் மூலமாய் 'ய' என்ற சப்தமான ஆகாயத்திலுள்ள காற்றைத் தேக முழுதும் உணர்ச்சித் தன்மையை அடையாதவண்ணம் தடுத்துக்கொண்டு நிற்கும் சப்தமாய் இருப்பதால் இதை ஜீவன் என்று சொன்னாலும் மற்றொரு வகையில் இவ்வட்சரமானது ஜீவ உணர்ச்சியி லிருந்து பிரிக்கும் தன்மை வாய்ந்தது என்று கூறலாம். எனவே 'ய' என்ற சப்தமானது ஜீவனைக் குறிக்கும் என்று லும் அனுஷ்டான புருடர்களுக்கு 'ய' என்ற அட்சரமானது ஜீவனி லிருந்து உணர்ச்சியைத் தரும் காற்றைப் பிரிக்கும் அட்சரமென்றே கூறலாம்.

இதன்படி பார்ப்போமானால் சிதாகாசத்தில் பிரவேசித்த காற்றானது ஆகாயத்தி லிருந்துகொண்டு தசையையும் பரி சித்துக்கொண்டு இருக்கும்போது அக்காற்றை லிங்கம் இருக்கும் இடத்திற்குச் செல்லும் வழியையுடைய நிரம்புத் துவாரத்தில் 'வசி' என்ற சப்தமானது இழுத்துத் தள்ளும் சப்தமாக இருப்பதால் இதைச் சூட்சுமம் என்று கூறினார்கள்.

சூட்சும பஞ்சாட்சரத்தைக் கூறினவர்கள் மேற் சொன்ன காரணத்தாலேயே 'சிவ' என்னும் அட்சரத்தை

மூன்றும் மத்தியில் 'ய' என்னும் அட்சரத்தையும் நிருவி கடைசியில் முன் சொன்னதை மாற்றிக் கூறினர்.

இந்த மந்திரமானது அந்தர் முகத்தில் செய்ய வேண்டிய தியான மந்திரமாய் இருப்பதால் இதனைச் சூட்சுமம் என்றார்கள்.

சூட்சும தியானத்தைச் செய்யும்போது பறை வாக்கோடு ஜபிக்க வேண்டும். அவை விளங்குமாறு அடியில் கூறப்படும்.

வாக்குகள்

வாக்குகள் நான்காகப் பிரிக்கப்பட் டிருக்கின்றன. அவை பறை, பைசந்தி, மத்திபம், வைகரை என்பன. அவற்றுள் பறை வாக்கு என்பது யாதெனில் நாம் நெடுநாளாகப் பழகிய ஒரு மனைவியைப் பிரிந்து இருக்கும் காலத்தில் வேறோர் ஊரில் வேற்று மனிதர்களோடு பேசிக் கொண் டிருக்கும்போது வாக்கும், கண்ணும், தேகமும் பேசப்பட்டவரின் முன்னிலையில் இருந்தாலும் அதே காலத்தில் தனது நாயகியின் நினைவை உண்டுபண்ணும் மனதிற்குப் பறை வாக்கு என்று பெயர். அதாவது நினைப்பு மாத்திரமாய் இருப்பது எதுவோ அதனையே பறைவாக்கு எனப்படும்.

இரண்டாவது வாக்காகிய பைசந்தி வாக்கு யாதெனில் மனதிற்குள்ளே இருதய கமலத்திற்கு மேற்பட்டு சப்தம் வெளிவாரா வண்ணம் உச்சரித்தல் அதாவது ஸ்மரித்தல் ஆகிய இதனைப் பைசந்தி வாக்கு எனப்படும்.

மூன்றாவது வாக்காகிய மத்திபம் என்னும் வாக்கு யாதெனில் தியானிக்கும் சப்தமானது தொண்டையை விட்டு வெளி வந்தும் உதட்டை விட்டு வெளி வாராமல்

நாக்கும் மற்ற நிரம்புகளும் அசைந்து உண்டாகும் சப்தத்தோடு தியானித்தலே மத்திபம் எனப்படும்.

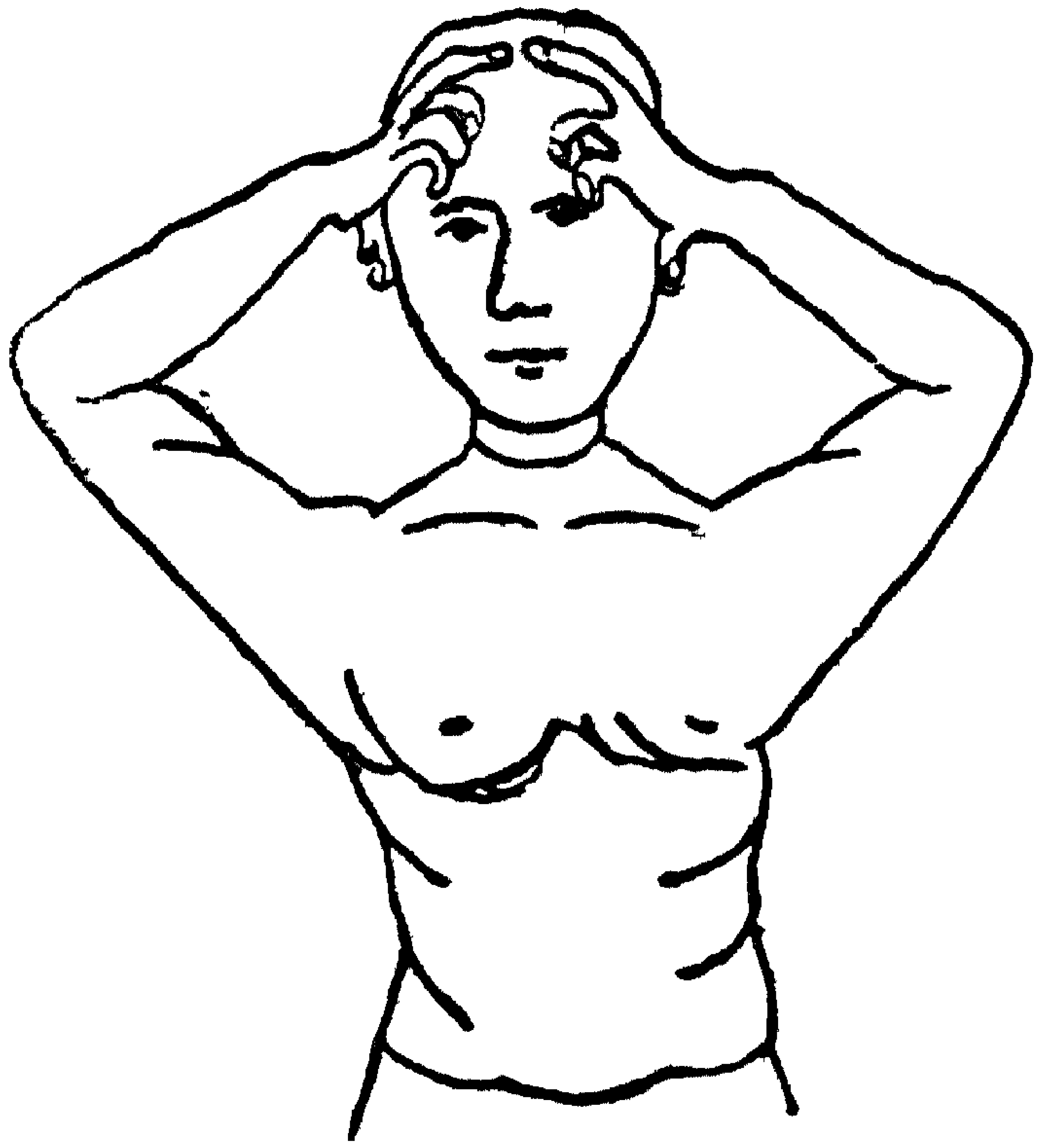
நான்காவது வாக்காகிய வைகரை என்னும் வாக்கானது யாதெனில் வாய் உதட்டை விட்டு சப்தத்தோடு வெளிப்படும் வாக்கு இத் தியானத்தை வைகரை எனப்படும். ஆக வாக்குகள் நாலாகப் பிரிக்கப்பட்டிருந்தாலும், சூட்சும தியான மந்திரத்தை ஜெபிக்கப் பட்டவர்கள் முதல் சொன்ன நினைப்பு மாத்திர தியானமாகிய பறவாக்கு தியானத்தையே கைக்கொள்ளல் வேண்டும். இதனால் சூட்சும மந்திரமாகிய 'சிவயவசி' என்ற மந்திரத்தைப் பறை வாக்காலேயே தியானித்தல் வேண்டும்.

பைரவி முத்திரை

முன்சொன்ன முத்திரையில் பழகியவர்கள் தாங்கள் தியானத்தை ஆரம்பிக்கும் போதே கண்ணை மூடியவுடன் நாத ஒளியும் பதினொரு சூரியப் பிரகாச ஒளியும் தோன்றுமானால் அவர்களின் மனம் குளிர்ந்து காணும், முகம் சிவந்து மலர்ந்து காணும். முகத்தில் ஒரு தேஜசும் விளங்கும். அத்தகையோர்களின் மனம் சப்தத்திலேயே வயப்பட்டிருக்கும். அச் சப்தமானது தன்னை யறியாமல் 'சிவயவசி' என்று ஒரு சப்தம் உள்ளிருந்து உண்டாவது போல் காணப்படும். தவிர அன்னவர்கள் உறங்கும்போது சொர்ப்பனம் காணுவார்களேயானால், அச்சொர்ப்பனத்தில் பிரகாசத்தையும் 'சிவயவசி' என்ற சப்தத்தையும் காணக் கூடிய வகையில் சொர்ப்பனம ஏற்படும். இந்த நிலையை அடைந்த பிறகு பைரவி முத்திரையாகிய நான்காவது முத்திரையை ஆரம்பித்தல் வேண்டும்.

பைரவி முத்திரை

பைரவி முத்திரையானது யாதெனில் இப்படத்தில் காட்டியிருக்கும் வண்ணம் இருபெரு விரல்களால் இரு செவியின் முனையை அழுத்திக்கொண்டு வாயையும் இரு கண்களையும் மூடிக்கொண்டு இரு ஆள்காட்டி விரல்களை நெற்றியின் மேல் பாகத்தில் வைத்துக்கொண்டு அந்த இடத்திற்கு நேர் உள்பாகத்தில் ஒன்றரை அங்குலம் உள்பக்கம்



மனதை நிறுத்திப் பழகல் வேண்டும். அப்படிப் பழகும் போது 'சிவா' என்ற சப்தத்தை நினைத்தல் வேண்டும். அந்த சாதனம் செய்யும் போது அங்கு உண்டாகும் நாத சப்தமானது 'சிவா' என்ற சப்தத்தில் கலந்து நிற்கும். இதனையே காரணம் என்பார்கள்.

இந்தக் காரண தியானத்தைச் செய்யுபோது அங்கும் நாத சப்தமானது புல்லாங்குழல் சப்தமாகவும வீணையின் சப்தமாகவும் காணப்படும். இதேசமயத்தில் சந்திரனுடைய

பிரகாசமும் சந்திரன் தோற்றமும் காணப்படும். இந்த அனுபவத்தைத்தான் ஆலயங்களில் ஒரு குடத்தில் நீரை விட்டு அதன் உச்சியில் தீபமிட்டு ஆர்த்திப்பதாகும்.

இச்சாதனத்தைச் செய்யப்பட்டவர்களுக்கு உள்ளக் குளிர்ச்சி யானந்தம் தோன்றும். அதாவது, உள்ளத்தில் நிறைந்த சீதளத்தன்மை. இதையே பரிபூரண உள்ளக் குளிர்ச்சி எனப்படும். இதனையே இரவு பகலற்ற விடம் என்று கூறுவாருமுளர். அத்தகைய அனுபவம் வாய்ந்தவர்களே உலகமெனும் தேக நாட்டத்தை வெறுக்கப் பட்டவராவர்.

இங்கு முக்கியமாய்க் கவனிக்கவேண்டிய சில விஷயங்கள் இருக்கின்றன. அவை யாவையெனில் இது வரையில் நாம் கூறி வந்ததில் நமது சரீரத்தில் பெரிய மூளை சிறிய மூளை ஆகிய இரு மூளைகளுக்குக் கீழ் ஒரு லிங்கவடிவமான பிரகாசம் தங்கும் உருவம் ஒன்று இருக்கின்றதெனவும் அவ்விடத்தில் மனதின் சகாயத்தால் காற்றைச் செலுத்தி அப்பிரகாசத்தைப் பெருக்குவதே யோகம் என்று கூறினோம் என்பது வாசகர்கள் அறிந்திருக்கின்றனர். இப்பொழுது சொல்லிய சாதனமானது சிவலிங்கம் இருக்கும் இடத்திற்கு மேற்பட்டு காணப்படுவதால் இதன் இரகசியத்தை அறியவேண்டியவர்களாகின்றோம்.

பிரகாசம் தங்கி யிருக்கும் லிங்க வடிவ ரூபமானது பெரிய மூளை சிறிய மூளைகளுக்குக் கீழ்ப்பாகத்தில் இருப்பதால் இவற்றிற்கு மேல் பாகத்தில் குறியைவைத்து தியானம் செய்வது யாது பற்றி யெனில் பிரகாசமானது பெருக்கடைந்து நிரம்பித் ததும்பி ஆனந்த வெள்ளமாய்ப் பொங்கி வழியும் சமயத்தில் அப்பிரகாசத்தை மேலே செல்

லும் நிரம்பின் துவாரத்தில் நுழையச் செய்து அத்துவார மூலமாய்ச் சிரசின்கண் அமைந்துள்ள உச்சித் துவாரத்தில் செலுத்தியபின் சிரசர்மத்தின் மூலம் கீழ் நோக்கித் தேகாதி பாதம் வரையில் அப்பிரகாசத்தைப் பரவச் செய்து சரீரம் பூராபாகத்தையும் நமக்குக் கண்ணுகச் செய்துகொண்டு வியாபகமாய் அகமும் புறமும் பிரகாச ரூபமாய் இருந்து கொண்டு விஷயத்தை அறிதல் எதுவோ அதனையே சிவயோகத்தின் முடிவு என்றும், ஆரியர்கள் கூறி வைத்த ராஜயோகத்தின் முடிவு என்றும் கூறப்படும்.

சாம்பவி முத்திரை

கடைசியாக பாவிக்கப்படுவது சாம்பவி முத்திரையாகும். இம் முத்திரையை ஆரம்பிக்கும் போது முன் சொன்ன முத்திரையின் பூரண அனுபவம் கிடைத்திருக்க வேண்டும். அவையாவன:

சிவயோகத்தில் கூறிய நான்காவது முத்திரை கைவரப் பெற்ருேன் மனமானது சந்திரனைப் போல் குளிர்ந்து காணப்படும். சூரியனுடைய வெப்பமானது பகல் காலங்களிலும் அவனைத்தாக்காது. குளிர்ந்தநிலவில் இருப்பதுபோலவே அவன் சூரிய வெப்பத்தைக் கருதுவான். சொர்ப்பனத்தில் சந்திரப் பிரகாசத்தைக் காண்பான். வீணையின் ஓசையானது அவனை விட்டுப் பிரியாமல் இருக்கும். உலகவிவகாரங்களைச் செய்யுங் காலத்திலும் அவனையறியாமல் வீணையின் சப்தம் கேட்கும். அதற்கு அனுகுணமாக அவன் வாயினின்று வெளிப்படும் வார்த்தைகள் சங்கீதமாகவே பிறர்க்குக் கேட்கும். தன்னிடத்தில் சதாதோன்றிக் கொண்டிருக்கும் சப்தத்தை ஒட்டியே இசையோடு பேசநேர்வதால்

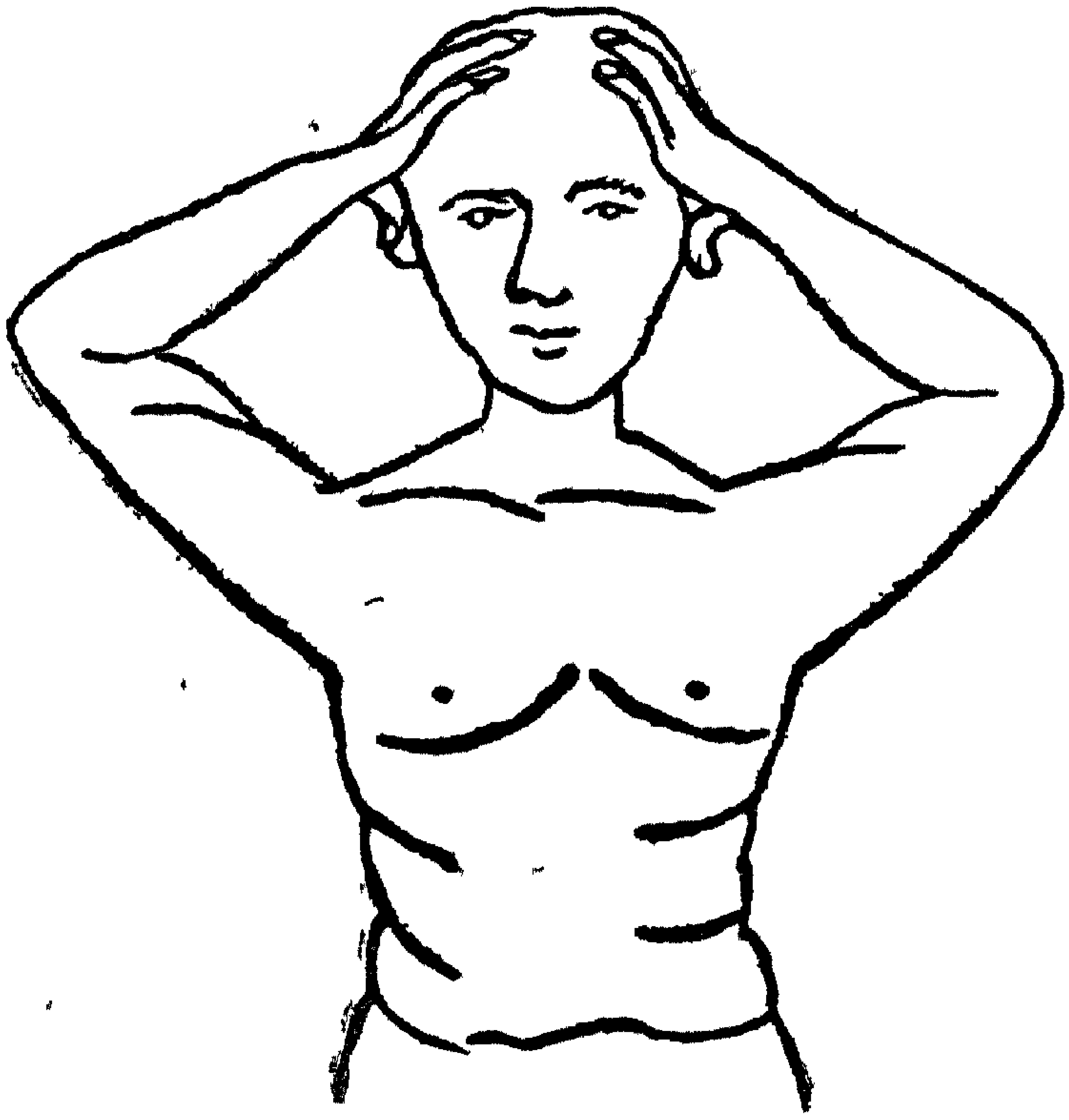
அன்னவர்களின் பேச்சே சங்கீதமாக இருக்கும். அப் பேச்சைக் கேட்கப்பட்டவர்களின் மனம் ஒருமைப்பட்டு விடும். தவிர தேக நாட்டத்தை இழக்கச் செய்யும். இவர்கள் வார்த்தைகளால் எல்லா உயிர்களும் கட்டுப்படும். ஆதலால், வீணா நாதத்தால் கட்டுப்படாத உயிர்கள் இல்லையென சாம வேதம் கூறு நிற்கும்.

உள்ளே தோன்றிய அனுபவமே வெளியில் சங்கீத மாக மாறி இப்பூவுலகில் பரவலாயிற்று. எனவே, சங்கீத மானது சாமவேதத்தி லிருந்து உண்டானது என்று அறியக் கிடக்கின்றன.

சங்கீதம் என்பது ஆயுளைப் பெருக்கவும், நோயற்று வாழவும், மனதை ஆனந்தமாக வாழ்விக்கச் செய்யும் சாதன மென்று உணரவேண்டும். சப்த பேதத்தால் துன்பமும் மரணமும் சம்பவிக்கும். ஆதலால், அத்தகைய சப்தங்களை அறவே நீக்கி மற்ற தேக சுகத்தைத் தரும் சப்தத்தைச் சங்கீதம் என சாமவேதம் கூறுகின்றது.

சாதாரணமாய் இடியானது நமக்கு அருகில் விழுமா னால் அதனால் உண்டாக்கப்பட்ட சப்தத்தால் காது செவிடு படுவதும், பிரகாசத்தைப் பார்த்த கண் வெளிவந்து விடுவ தும் அனுபவமாய் பார்த்து வருகிறோம். இடியின் சப்தத் திற்கு மேற்பட்ட பெரும் சப்தத்தைக் கேட்க சக்தியற்ற நாம் இறக்க நேருகின்றது. ஏனெனில் சப்தத்தைக் கேட் கச் செய்யும் செவியின் மூலமாக பிரகாசம் உள்ள இடத்திற் குச் செல்லும் வழியில் சப்தம் பிரவேசிக்கும் வேகத்தால் பிரகாசம் தங்கியுள்ள லிங்க வடிவ குழாயும் அதன் சம்பந்த நிரம்புகளும் பிளக்கப்பட்டு மரணம் சம்பவிக்கின்றது.

ஆகவே வீணையின் சப்தத்தைச் சதாகேட்டுக் கொண்டிருக்கும் நிலையைப் பெற்றபின் தனது இரு பெருவிரல்களை இருகாதின் முனையில் வைத்து அழுத்திக் கொண்டு இரு கைகளின் நடுவிரல்களைப் படத்தில் காட்டியிருக்கும் வண்ணம்



சிரசின் உச்சி பாகத்தில் வைத்துக் கொண்டு மனதை அதே விடத்தில் நிறுத்திக்கொண்டு 'ஆ' என்ற மந்திரத்தை நினைத்துத் தியானம் செய்ய வேண்டும். இந்தத் தியானத்தால் கோடி சூரியப் பிரகாசத்தைப் போல் பிரகாசமானது காணப்படும். வீணை சப்தமும் அங்கு ஒடுங்கலாகும். அந்த நிலையில் எங்கும் பிரகாசமான நிலை அகம்புறமில்லாத பிரகாச வடிவம் ஒன்று மாத்திரமாய்ச் சரீரமும் உலகமும் தோன்றுமல் இருக்கும் பரிபூரண நிலை உண்டாகும். இந்த நிலையை முடிவானசாதன நிலை என்பார்கள். இச்சாதனம் கைவரப் பெற்றவர்கள் இனிப் பிறவா முடிவை யடையும் மார்க்கத்தைத் தேடி அதன் வழி நடக்க சக்தி வாய்ந்தவர்களாகின்றார்கள்.

இந் நிலையை யடைந்த பின் சங்கல்ப விகல்பங்கள் தோன்ற சாதனமாய் இருக்கும் வஸ்து யாது, எதனுல் ஜனன மரணம் ஏற்படுகின்றது என்ற ஆராய்ச்சி செய்து சங்கல்ப விகல்பத்திற் கேதுவாகிய மனமுதலான சஞ்சிதங் களைத் தாம் அடைந்துள்ள அனுபவமாகிய பிரகாச வடிவ அக்கினியில் எரிக்காமல் எரித்துப் பிறவாத நிலையை அடை கின்றனர்.

உலக முதல் யாவும் 'அ' என்ற சப்தத்தி லிருந்தே தோன்றுவதால் அ என்ற சப்தமே முதல் சப்தமாகக் கூறி வைத்தார்கள். இது காரணம்பற்றியே தமிழர்கள் அ என்ற முதல் சப்தமே உயிர்களிடம் முதலில் தோன்றிய சப்தம் எனவும், அச்சப்தத்தையே முதலில் உச்சரித்தல் முறையென வும் வகுத்தார்கள்.

எனவே உலக முதல் சகலத்திற்கும் அ என்ற சப்தமே உற்பத்திக்குக் காரணம் என்று ஒப்புக்கொண்ட தமிழர்கள் உலக நாசத்தைக் கூறும்போது அதாவது சப்த ஒடுக்கத் தைக் கூறும்போது தோன்றிய விடத்திலேயே ஒடுக்கக் கருதி இறுதி மந்திரமாக அ என்ற சப்தத்தைக் கூறினுர்கள்.

ஆரியர்கள் ம் என்ற சப்தத்திலிருந்து அ என்ற சப்தம் தோன்றிற்று என்ற கொள்கையினர். ஆனதினுல் அவர் கள் கூறிய யோக சாதனங்களில் 'ம்' என்ற மந்திரத்தைக் கடைசியானதாகச் சொன்னதுபோல் தமிழர்கள் அ என்ற சப்தத்தைக் கூறினர்.

இம் முறைகளில் பழகாத ஒருவன் எத்தனை நூல்கள் கற்றிருந்தாலும் எத்தனை இரகசியங்கள் தெரிந்திருந்தாலும் எத்தனை யுக்திகளைக் கூறினுலும் மோட்ச நிலையை அடையச் சக்தியற்றவனுகின்றுன்.

வாய் வேதாந்தம் பேசும் பலர் யோக சாதனத்தை யுக்தியாலும் சுருதியாலும் கண்டித்தாலும் கண்டிப்பர். ஆனால் அவர்கள் கூறும் மோட்ச சாதனமானது விசாரத்தால் ஏற்படுவதாகச் சொல்லினும் அத்தகைய விசாரத்தால் தேர்ந்த வேதாந்தி ஒருவர் நோய்வாய்ப் படுவரேல் அதுகாலை அவர் தீர்மானித்துள்ளபடி தேகத்திற்கும் தமக்கும் யாதொரு சம்பந்தமும் இல்லை, ஆனால் இது மாயா காரியம் நாம் அறிவாக விளங்குகிறோம், அறிவு தேகத்திற்கு விலட்சணமாய் இருந்து கொண்டிருப்பதால் தேக காரியம் நம்முடையதல்ல வென்ற நிச்சய புத்தியானது தடுமாறி ஐயோ தலை நோவுகின்றதே, என்னால் சகிக்க முடியவில்லையே, வைத்தியரைக் கூப்பிடுங்கள் என்று அலறி யழ ஆரம்பிக்கின்றார்.

இத்தகைய நிலையைப் பழகிய விசார புருஷ வேதாந்தி எத்தகைய மனோ உறுதியுடன் கூடியவராய் இருந்த போதிலும் அவருடைய மன உறுதியானது கஷ்ட காலத்திலும் மரண காலத்திலும் மாறுதலை யடைந்து விடும்.

மாறுதல் அடைந்த புருடன் மனதில் துன்ப ரூப சங்கல்பங்கள் பல தோன்றி சனன மரணத்தை உண்டு பண்ணி விடும். ஆதலால் வாசா விசாரத்தால் தீர்மானிக்கப் பட்ட வேதாந்த விசாரமாகிய ஆன்ம அனான்ம விசாரமானது நிலைபெற மாட்டாது. எனவே யோக சாதனத்தை யுடைய ஒருவர் சங்கல்ப விகல்ப மற்ற நிலையை விசாரித்தறிந்து மோட்சத்தை யடைய சாத்தியமாம். மற்றையோர் உலக மக்களிடம் யுக்திகளால் மோட்சத்தைக் கூறி மயங்கச் செய்து தங்களைக் குருமார்களாக வதிக்கச் செய்து பிறர் பொருளால் சுகம் பெற்று போற்றலுற்று வயிறு வளர்த்து மரண மடையும் தகையினர்களாய் உலகில் விளங்கி அட்ட

காச நிலை தம் மரணத்திற்குப் பிறகும் அடையப் பெறுவர். இதனை அறிவுடைய தமிழ் மகன் எவனும் ஆதரியான்.

சில வேதாந்திகள் சரீர நாசத்திற்குப்பின் மோட்சத்தைக் கூறுவர். அதன் காரணத்தைக் கேட்டால் பின் வருமாறு கூறுகின்றனர்:

சீவனுக்கு மூன்றுவித கர்மங்கள் உண்டு. அவற்றுள் ஒரு கருமத்தை அனுபவிப்பது சீவனுடைய வாழ்க்கை நாள் எனக் கூறுவர். அவை வருமாறு: ஆகாமியம், பிராரத்துவம், சஞ்சிதம் எனக் கர்மத்தை மூன்றாகப் பிரித்து அதன் பலனைக் கூறும்போது சஞ்சிதம் எனப்படுவது முன் ஜென்மத்தில் எண்ண ரூபவடிவமாய்ச் சேகரித்து வைத்திருப்பது எதுவோ அதனைச் சஞ்சிதம் எனவும், இந்த ஜென்மத்தில் அனுபவிப்பதைப் பிராரர்த்துவம் எனவும், அடுத்த ஜென்மத்திற்குச் சேர்த்து வைக்கும் எண்ணங்களை ஆகாமியம் என்றும் கூறுகின்றனர்.

இதனால் ஜீவனானவன் சென்மாகிதனாய் ஆகவேண்டுமானால் ஜென்மத்திற்குக் காரணமாகிய சஞ்சிதமாகிய கட்டுசாதத்தை முதலில் உண்ணலாகிய (அனுபவத்தால்) நாசமடையச் செய்து விட்டு பிறகு வேறு ஜென்மத்திற்கு ஏதுவாகிய சேர்த்துக் கொள்ளும் எண்ணமாகிய ஆகாமியத்தை விசாரமாகிய ஞானத் தீயில் கொளுத்தி சங்கல்ப விகல்ப ரகிதமாய் நிற்றலான மார்க்கம் எதுவோ அதனையே மோட்சம் எனக் கூறுகின்றனர்.

எனவே, பிராரத்துவத்தை அனுபவிக்கும் நிகழ்கால எதிர்காலத்தில் உண்டாகக் கூடிய ஜனன மரண ஏதுவாகிய எண்ணங்களைச் சத்தா சத்து விசாரத்தாலும் சங்கல்ப உற்பத்தி நாச ஆராய்ச்சியாலும் மனதினிடத்தில் நிச்சய

த்தியை வகித்து சங்கல்பம் உண்டாகா வண்ணம் செய்து கொள்ளுவதெதுவோ அதனையே ஞானம் எனக் கூறு கின்றனர்.

இத்தகைய சூட்சும விசாரத்தில் அறிவைச் செலுத்த முடியாதவனுக்குப் பக்தி முதலிய யோகங்களைச் சொல்லி வைத்ததாய்க் கூறலாயினர். அத்தகைய பக்தி முதலியவை களில் மனம் செல்லாதவர்களை நாம ரூபவடிவங்களாக அகண்டப் பொருளைப் பாவித்து அதற்கான அற்புதக்கதை களைக் கற்பனை செய்து மக்கள் மனதைக் கவரச்செய்து அதன் வழி சங்கல்பத்தை ஒருமைப்படுத்தல் எனக் கூறுகின்றனர்.

இத்தகையாதி அடுக்குத் தோரணைகளைக் காட்டி ஆரியர் கள் தென்னாட்டில் ஆலயாதிகளை வகிக்கச் செய்துள்ளனர். இம் முறையானது தமிழ் நாட்டின் பழக்க வழக்கத்தில் இருந்ததன்று. எனவே, தமிழர்களுக்கு எதிர் மறையாக ஆல யாதிகளையும் புராணக்கதைகளையும் உற்சவாதி அலங்கார படாடோப பிரமிப்புகளையும் இந் நாட்டில் புகுத்திய பின் தமிழர்களின் நிலை சீர் கெட்டது.

தமிழர்கள் கர்மங்களைப் பற்றியும், ஜென்மங்களைப் பற்றியும் கவலைப்படுபவர்களன்று; ஆனால், இவ்வுலகில் அவ தரித்தபின் இறவாமல் இருக்கும் சாதனத்தைத் தேடின வர்களே யாவர். இறவாமல் இருக்கச் சாதித்துக் கொண்ட பின்னர்தான் பிறந்ததற்குக் காரணம் விசாரிப்பர். தவிர, சங்கல்ப ரகிதத்தால் ஜென்மம் உண்டாகின்றது என விசாரத்தால் நிச்சயித்து சங்கல்ப ரூப விலட்சணமானவர் தாம் என்ற எண்ணத்தினால் மோட்சம் என்ற நம்பிக்கை யைத் தமிழர்கள் கொள்ளமாட்டார்கள்.

ஏனெனில் சங்கல்ப ரகிதமானபின் ஜீவன் என்ற பெயர் மாறி அறிவு ஆன்மா என்ற பெயரைக் கூறும் ஆரியர் மதத்தில் கீழ்வரும் சங்கைக்கு விடை யின்மையால் அதனை அங்கீகரிக்க மறுக்கும் தென்னுட்டார் மோட்சத்தைப் பற்றி அதிகமாய் விவகரிக்கமாட்டார்.

ஆரியர்கள் சொல்லும் மோட்சமாகிய சங்கல்ப மற்ற ஆன்மாவாகிய அறிவுக்கு இருப்பிடம் ஜீவன் ஆகின்முன். ஆனால் ஜீவனானவன் சங்கல்ப விகிதன் எனக் கூறினும் சரியே. பஞ்ச பூதங்கள் ஒன்று சேர்ந்து இருக்கும் இடத்தைத்தான் ஜீவன் என்று கூறுகின்றனர். பஞ்ச பூதங்கள் ஜீவனுக்குக் காரணமாய் இருந்தாலும் அப்பஞ்ச பூதங்கள் அறிவால் அறியக் கூடியதாய் இருப்பதால் அறிவானது பஞ்ச பூதங்களுக்கு அப்பாற்பட்டது, சாட்சி மாத்திரமாய் இருப்பது, சாக்கிர சொற்பன சுழுப்தியையும் அறிந்து கொண்டு இம் மூன்றிற்கும் வேருய்ச் சாட்சியாய் இருப்பதால் சத்தியமாய் என்றும் உள்ளது எனப் பல நியாயங்கள் கூறின போதிலும் பஞ்ச பூதத்தைப் பிரிந்த பின் அவ்வப் பூதங்கள் தத்தம் இனத்தில் கலந்தபோது அறிவுக்கு இடமில்லை எனச் சொல்லலாம்.

பஞ்ச பூதங்கள் எப்படி பிரிந்து ஜீவனுகின்றதோ அப்படியே அறிவும் எனில் அறிவுக்கு வேறு இடம் வேண்டும். வேறு இடம் கூறினுல் அறிவை நித்தியம் எனக் கூற லாகாது.

தவிர அறிவே நம்மிடத்தில் இருந்து சகல காரியங் களையும் உபேட்சையோடு நடத்தி வருவதாய்ச் சொன்னுல் அறிவு ரூபமாய் நாம் இருப்பதாக நிச்சயம் செய்வதே மோட்சம் என்று கூறலாம். அவ்வாறு கூறின் மோட்ச

சாதனமும் நூல்களும் உலகில் வேண்டியதில்லை எனச் சொல்லலாம்.

பீதியால், அறியாமையால் நாம் ஜெனன மரணத் துன்பத்தை யடைகின்றோம். அவ்வறியாமையாகிய எண்ணத்தை விசாரத்தால் போக்கி நான் முத்தன், நான் ஞானி, எனக்குப் பிறப்பில்லை, எனக்கு இறப்பில்லை, எனக்குச் சுகமில்லை, எனக்குத் துக்கமில்லை எனக் கூறிக் கொண்டிருப்பின் மோட்சம் என்று சொல்லும் மார்க்கத்தில் எத்தனை விசார புருஷனாய் இருந்த போதிலும் சொல்லளவில் பேசிவிட்டு சுக துக்கத்தை அனுபவிக்கக் கூடியவனாய் இருப்பதை உலகில் காண்பதால் இத்தகைய எண்ண மாத்திரத்திலேயே அறிவு தேக விலக்ஷணமாய்க் காணப்படும் என்ற நம்பிக்கை தமிழர்களுக்கு நகைப்புக் கிடமானதால் அத்தகையோர்களைப் பார்த்து அவ்வழியில் பின்பற்ற மாட்டார்கள். சிலர் பின்பற்றின் அவர் வேறு வழி தெரியாதவராய் புஸ்தக ஞானத்தைக் கொண்டு வாயால் பேசி வரக் கூடியவராய்ப் பிறரை ஏமாற்றும் வகையில் நடப்பவராய் இருப்பாரே யன்றி வேறில்லை.

விசாரத்தால் ஞானத்தை யடைந்தவன் சுகப்பிரம்மரிஷி ஒருவனே என்று கூறும் அவர்கள் நூலில் வசிட்டராகிய தன் பிதாவின் சாபத்தால் மாயையின் வசமாகப்பட வேண்டியவனாய் இருந்தும் தான் பகிர் முகப்படாமல் ஓரிடத்தில் சமாதியில் இருந்து விட்டான். இப்படி பல நாள் கழிந்த பின் பிதாவாகிய வசிட்டருக்குப் புத்திரவாஞ்சை ஏற்பட்டு தேடும்போது எங்கும் காணாதவராய் சப்தம் பிரதிபலித்தும் சரீரம் இருக்கும் இடம் தெரியாதவராய், அலைந்து கடைசியில் தமது யோக நிட்டையால் சரீரம் இருக்கும் இடத்தைத் தெரிந்து கொண்டார் என்று சொல்லும் கதை

யில் உள்ள இரகசியத்தை ஆராயப்புகின் இரகசியம் வெளிப் படும்.

சுகப்பிரம்ம ரிஷியின் அறிவானது வியாபகமாய் அக் காலத்தில் இருந்ததாய்க் கூறினும் ஏன் ஏன் என்று பதில் சப்தமானது கேட்டது என்னுமிடத்து அச் சப்தமானது எப்படித் தோன்றும் ஏன் என்ற சப்தம் ஓரிடத்திலிருந்தோ பலவிடத்திலிருந்தோ வந்ததாக வைத்துக் கொண்டாலும் சப்தமானது ஒன்றிலிருந்துதான் உண்டாக வேண்டும். எப்பொழுது ஏன் என்ற சப்தம் உண்டானதோ அச் சப்த மற்ற இடத்தையும் அச்சப்தமானது குறிக்கிறதால் அங்கு வியாபகம் சித்திக்காது.

எனவே அவர்கள் கூறும் சுகப்பிரம்ம ரிஷியும் சாத னத்தை யுடையவரே யாவர்.

தமது பிதா சாபம் இட்ட பின் பகிர் முகப்படாமல் அந்தர் முகமாக சமாதியில் நீண்ட நாள் செயலற்றுக் கிடந்த சரீரம் யோக சாதனத்தைப் பெற்ற சரீரம் என்பதில் சந்தேகமின்றும்.

ஆதலால் ஆரிய நூலில் கூறுவதாய்ச் சொல்லும் விசாரத் தால் ஞானம் என்பது விசார காலத்தைப் பொறுத்ததே யன்றி விசாரம் நீங்கிய காலத்தில் அது பயன்படாது. எனவே ஆரியர்களும் சாங்கியத்தைக் கைப்பற்றினர்.

சாங்கிய மதமே உலகம் போற்றக் கூடிய ராஜ யோகத் தைச் சொன்ன மதமாகும். அத்தகைய ராஜயோகத்தைக் காட்டிலும் சுலப மார்க்கத்தைச் சொன்ன மதமே தமிழர் மதமாகும். அம்மதமே சாம வேதமாக ஆரியர்களால் சமஸ் கிருத பாஷையில் வழங்கப்பட்டு வருகின்றது.

தமிழர் மார்க்கமாகிய சிவயோகத்தை அனுஷ்டிக்கும் மக்கள் அதிகமாய் இல்லை எனக் கூறுவது இயலாது. ஏனெனில் இந்த யோக சாதனம் பல பேத மந்திரங்களாலும் மத வித்தியாசப் பெயர்களாலும் உலகில் வழங்கப் படுகின்றமையால் தமிழர் மதம் வேறுன்றி உலகில் நிலைத்திருக்கின்றது என்பது பொருத்தமாகும். திருஷ்டாந்தமாக ஒரு மதத்தை இங்குக் குறிக்கின்றேன்.

ராதா ஸ்வாமி மதம்

வடநாட்டிலே டயால்பாக் என்ற ஓர் ஊர் இருக்கின்றது. அந்த ஊரில் சுமார் 50, 60 ஆண்டுகளுக்கு முன்னே ஒரு பெரியார் இருந்தார். அப் பெரியார் ஒரு குருவை அடுத்து சிவயோக மார்க்கத்தைத் தெரிந்துகொண்டு அதன்படி ஒழுகி வந்தார். அவர் அனுஷ்டித்த மார்க்கத்தில் கண்ட உண்மைகளைப் பிறர்க்குச் சொல்லி மற்றவர்களையும் தாமடைந்த பயனை அடையச் செய்தார். இவ்வகையில் பிறர் அம் மார்க்கத்தில் ஒழுகலாயினர். ஒழுகிய அனைவரும் ஆசாரியர் கூறியபடி அனுபவங்கள் தங்களுக்குக் கிடைப்பதால் அன்போடு அக்கொள்கையைக் கைப்பற்றலாயினர்.

இதன்படி சீடர்கள் பெருகவே டயால்பாக் என்னும் ஒரு காட்டை ஊராகத் திருத்தி அங்குத் தொழிற்சாலைகளையும், வீடுகளையும் மற்ற இதர வியாபார ஸ்தலங்களையும் அம் மடத்து சுவாமிகள் ஏற்படுத்தினர். அம் மதத்தில் குரு சிஷ்ய பத்ததி கிடையாது. ஆனால் அம்மடத்தில் முதன்மையாய் இருந்து காரியங்களை நடத்துவதற்கும் அனுஷ்டான விதிகளைப் போதிப்பதற்கும் ஒருவர் வேண்டியிருப்பதால் அத்தகைய ஒருவரைச் சீடர்கள் பலரும் கூடித்

தேர்ந்தெடுத்துக் கொள்ள முறையான ஏற்பாடுகள் செய்திருக்கின்றனர்.

குருவைத் தேர்தல் செய்யும் முறை

அம்மடத்தில் சீடர்களாய்ச் சேர்ந்து அனுஷ்டிக்கப்பட்டவர்கள் பல ஊர்களில் பல பாகங்களில் இருக்கின்றனர். அத்தகையோர்களில் எவர் முதிர்ந்த அனுபவத்தை யடைந்திருக்கின்றனரோ அவர் உருவம் மற்ற சீடர்களின் சொர்ப்பனத்தில் தோன்றுகிறதாம். சீடர்களின் சொர்ப்பனத்திலும் மடாதிபதியின் சொர்ப்பனத்திலும் காணப்பட்டவர் எவரோ அவரை வரவழைத்து மடத்தில் இருக்குமாறு கட்டளையிட்டு அவருக்கே மடத்துப் பட்டத்தையும் அளித்து விடுவது வழக்கமாக வைத்திருக்கின்றனர்.

மேற் சொன்ன வகையில் தேர்ந்தெடுக்கப்பட்ட ஒருவர் இப்போது மடாதிபதியாக விளங்குகின்றார். இவர் ஆங்கிலத்தில் பி. ஏ., பட்டம் பெற்ற படிப்பாளி; அரசாங்க உத்தியோகத்தில் இருந்தவர். இத்தகைய இவரைத் திடீரெனக் கூப்பிட்டு நீர் மடாதிபதியாக வேண்டும், உம்முடைய உத்தியோகத்தையும் மனைவி மக்களையும் விட்டுத் துறந்து மடத்திற்கு வந்து பொது வேலை பார்க்க வேண்டும் என்று கட்டளையிட அதன்படி மடத்திற்கு வந்து மடாதிபதியாய் விளங்குகின்ற இவரை ராதாஸ்வாமி என்று கூறுகின்றனர். இவர் மடாதிபதியாய் வருவதற்குமுன் தமக்கிருந்த பெயரை நீக்கி மடத்தில் சகலரும் தம்முடைய பெயரையே கூறும் வண்ணம் தங்கள் அனுஷ்டான மந்திரமாய் ஏற்படுத்தியுள்ள ராதாஸ்வாமி என்னும் மந்திரத்தையே தமது நாமமாக அமைத்து விடுகின்றனர்.

இதனால் அம்மதத்தில் சேர்ந்து ஒழுக ஆரம்பிக்கும் ஒருவர் ராதாஸ்வாமி என்ற மந்திரத்தையே ஜெபிக்க வேண்டுமாம்.

ராதாஸ்வாமி என்ற மந்திரத்தைச் சொல்லவேண்டியதின் காரணத்தைக் கேட்கும்போது அவர்கள் கூறும் சமாதானமாவது: அனுஷ்டான காலத்தில் உண்டாகும் நாத சப்தமானது ராதா என்ற சப்தமாகவே இருப்பதால் அந்த சப்தத்தை உபயோகிக்கவும் நினைக்கவும் ஏற்பட்டது என்றும் மந்திரத்தின் பெயரையே ஆசாரியரின் பெயராக வைத்துள்ளோம் என்றும் கூறுகின்றனர்.

ராதாஸ்வாமி என்ற மந்திர உச்சாடன பேதம் தவிர மற்ற அனுஷ்டானங்களும் அனுபவங்களும் குறிகளும் குறிக்கும் இடங்களும் சிவயோகத்தில் கூறியதையே இவர்களும் கூறுகின்றனர்.

இம்மதத்தைச் சார்ந்தவர்கள் பல ஊர்களிலும் வசிக்கின்றனர். சற்றேறக்குறைய இதை அனுஷ்டிப்பவர் இரண்டு லக்ஷம் பேர் இருக்கின்றனர். இம்முறையைக் கூறும் நூல்கள் பல இந்தி பாஷையிலும் ஆங்கில பாஷையிலும் அச்சடிக்கப்பட்டு வெளி வந்திருக்கின்றன.

எனவே தமிழர்களின் மார்க்கத்தைப் பின்பற்றும் மக்கள் வட நாட்டிலும்' இருக்கின்றனர் என்பதற்கு இதுபோலொத்த பல கதைகள் கூறலாம். கோரக்கநாதர் மதம், கபீர்தாசர் மதம், ஆகோரரள் மதம் எனப் பல மதங்கள் வடநாட்டில் வழங்குகின்றன. அவை யனைத்தும் தமிழர் மதத்தின் சாகைகளே யாம்.

இதுவரைத் தமிழர் மதத்தின் இரகசியங்களைக் கூறினோம். மீண்டும் அம்மதத்தின் சீரிய நெறியையும் அவற்றுளாம்

பயனையும் சுருக்கிக் கூறிவிட்டு இப் புத்தகத்தை முடிப்போமாக.

நூலின் சுருக்கம்

இந் நூலில் கூறிய விடயங்களை மீண்டும் ஒருமுறைச் சுருக்கமாய்க் கூறுவோனாக.

இவ்வுலகில் அவதரித்த ஆண் பெண் அனைவருக்கும் முக்கியமாய் வேண்டற் பாலனவாய் இருப்பது நீண்ட ஆயுளும், தேக சுகமும், மனோ சுகமுமாம்.

தேக சுகத்தை அடையாத ஒருவன் மனோ சுகத்தை அடைய முடியாது. மனோ சுகத்தை யடைந்த ஒருவன் ஆன்ம சுகத்தை யடைகின்றான் என்பது பொறுத்தமில்லாதது. ஏனெனில் ஆன்மாவானது எப்போதும் சுகமாயும் சத்தாயும் சித்தாயும் நித்தியமாயும் இருப்பதாய்ச் சொல்லுவதால் அத்தகைய ஆன்மா சுகமடைகின்றது என்பது ஒப்பக் கூடியதன்று.

எனவே ஆன்ம சுகத்தைப்பற்றி ஒன்றும் கூறாமல் தேக சுகத்தையும், மனோ சுகத்தையும் அடையும் வழியைத் தமிழர் கூறி வைத்தனர்.

தேக சுகம்

தேகத்தைச் சுகமாக வைத்துக் கொண்டால் மற்ற காரியங்களைச் செய்யச் சாத்தியமாம். ஆதலால் தேகத்தைச் சுகமாக வைத்துக் கொள்ளல் வேண்டும்.

நம்முடைய தேகத்தைச் சுகமாக வைத்துக் கொள்ள வேண்டுமானால் முதலிலே ஆகாராதிகளைக் கவனித்து உண்ணல் வேண்டும். இரண்டாவதாக நீரைச் சுத்தமானதாக இருக்கும்படி பார்த்து அச்சுத்தமான நீரையே அருந்துதல் வேண்டும்.

மூன்றாவதாக நல்ல வெளிச்சமான இடத்தில் வாழ வேண்டும். நான்காவதாகக் காற்றோட்டமான இடத்தில் வசிக்க வேண்டும். ஐந்தாவதாக நிதானமாய்க் காற்றை விட்டு வாங்க வேண்டும். ஆறாவதாகச் சூரிய வெளிச்சத்தில் இருக்க வேண்டும். ஏழாவதாகத் தண்ணீரில் குளித்து சர்மாதி களில் வியர்வையாலும் காற்றினாலும் வந்ததையும் அழுக் கைச் சுத்தம் செய்து கொள்ளல் வேண்டும். எட்டாவதாக மிதமாக மனதாலும் சரீரத்தாலும் வேலை செய்ய வேண்டும். ஒன்பதாவதாக அளவோடு தூங்க வேண்டும். பத்தாவதாக காலா காலத்தில் மலசலம் கழித்தல் வேண்டும். ஆகிய இத்தகையாதி காரியங்களைச் செய்து கொள்ளும் மார்க்கங் களை இந்நூலில் கூறினோம்.

தேகத்தைப் பாதுகாப்பது என்பது முக்கியமான வேலையாகும். சீதோஷ்ண பேதத்தாலும், காற்றாலும், வியாதிகள் சம்பவிக்காத வண்ணம் பாதுகாப்பது எதுவோ அதனையே முக்கியமாய்க் கவனித்தல் வேண்டும்.

சிறு கதை

தென்னாட்டிலே ஒரு காலத்தில் ஒரு அரசன் இருந் தான். அவ்வரசனின் பெயர் சாத்தப்பதேவன் எனப்படும். அவனுக்கு ஒரு மகன் இருந்தான். அவன் வெகு துடுக்கானவனாகக் காணப்பட்டான். அவன் துடுக்கைக் கண்ட எவரும் அவன் பால் பரிதாபப்படாமல் இரார். ஏனெனில் அரண்மனையில் அலங்கரித்து வைத்திருக்கும் திவ்விய அலங்கார வடிவ வஸ்துக்களை எடுத்துடைத்து சேதம் செய்துவிடுவது அவனுக்கு வழக்கம். அதனால் பல வஸ்துக்கள் சேதமாய் விட்டன.

இப்படி இருக்கும் நாளில் ஒரு நாள் அவன் பிதா தன் மகன் விலையுயர்ந்த பல பொருள்களை நாசம் செய்துவிடுகின்ருனே இதற்கு என்ன செய்வது என யோசிக்கலாஞன். அவனது யோசனைக்கு ஒரு யுக்தி தோன்றிற்று. சரி அப்படியே நடப்போம் எனத் தீர்மானித்துவிட்டான்.

அவன் தான் கொண்ட தீர்மானத்தை மனதில் வைத்துக் கொண்டு அதை ஒருவருக்கும் சொல்லாமல் ஒரு நாள் காலையில் எழுந்திருந்து மலம் சலம் கழித்ததும் ஆகாராதிகளை உண்டு மந்திரிமார்களையும் அரசியையும் தன் மகனையும் கூப்பிட்டு வைத்துக்கொண்டு 'நான் தூரதேசம் போய் வரப் போகின்றேன். ஆதலால் உங்களுக்கு வேண்டிய வஸ்துக்களைத் தனித்தனியாகக் கூறி விடுங்கள். அதன்படியே வாங்கி வருகிறேன்' எனக் கூறினர்.

அதைக் கேட்ட அனைவரும் தமக்கு வேண்டிய பொருள்களைக் கேட்டுக் கொண்டனர். மகன் மாத்திரம் இன்னது கேட்பது என்று ஒன்றும் தெரியாததால் 'உயர்ந்த பொருளை எனக்கு வாங்கி வாருங்கள்' என்று கூறிஞன். அதைக் கேட்டுக் கொண்டு அரசன் வெளி நாடு செல்லலாஞன்.

வெளி நாடு சென்ற அரசன் சிலநாள் கழிந்த பின் தன்னூடு திரும்பிஞன். மன்னன் வரவை எதிர்நோக்கியிருந்த சகலரும் எதிர் கொண்டழைத்து, சோட சோபசாராதிகளைச் செய்து வெளிநாட்டு வைபவங்களையும் யாத்திரையின் அனுபவங்களையும் கேட்டுத் தெளிந்து இன்புறும் காலத்தில் அவனது மகன் ஓடிவந்து எனக்கு நல்லதாய் என்ன வாங்கி வந்தீர்கள் என்று கேட்டான். உனக்கு உயர்ந்த விலை மதிக்க வொண்ணுத அதியற்புதமான ஒரு வஸ்துவைக் கொண்டு வந்திருக்கின்றேன் எனப் பதில் கூறிவிட்டு மற்றை

யவர்களுக்குக் கொண்டு வந்துள்ள பொருளை அவரவர்கள் வசம் அவர்கள் கேட்டவாறு கொடுத்தார்.

கடைசியில் தமது மகனைக் கூப்பிட்டு ஒரு பெரிய இரத்தினத்தைக் கொடுத்து இது விலை மதிக்க வொண்ணுத இரத்தினம் என்று சொன்னுர். அதைப் பார்த்த மாத்திரத்தில் மகன் ஆச்சரியத்தை யடைந்து உற்று நோக்கி 'அப்பா இதை வைத்துக்கொள்ள எனக்கு அழகிய பெட்டி ஒன்று தரவேண்டும்' என்று கேட்டு அதன்படி வில் வட்டினுல் தயாரிக்கப்பட்ட அழகிய பெட்டி ஒன்றை வாங்கிக் கொண்டான்.

இரத்தினத்தையும் பெட்டியையும் கையில் வைத்துக் கொண்டிருந்தபோது பெட்டியின் ரூபத்தைக் கண்ட சிறுவன் ஆச்சரியமுற்று தான் இடுப்பில் அணிந்திருந்த வஸ்திரத்தைக் கழட்டி அவ்விரத்தினத்தைச் சுற்றி மூடி பெட்டியில் வைத்து பதனம் செய்து விட்டான்.

இச் சிறுவன் பல காலமாய்க் காணப்பட்ட பொருள்களை யெல்லாம் நாசம் செய்து கொண்டு வந்திருந்தானல்லவா? அத்தகைய சிறுவன் இன்று இரத்தினத்தை அதிஜாக்கிரதையாகக் காப்பாற்றலாயினுன்.

சில நாள் கழிந்த பின் பிதாவானவர் மகனை வரவழைத்து 'அப்பா உன்னிடம் கொடுத்த இரத்தினத்தைப் பத்திரமாய் வைத்திருக்கின்ருயா' என்று கேட்டார்.

மகன் பிதாவை அழைத்துக்கொண்டு போய் இரத்தினத்தைக் காட்ட ஏற்பட்டபோது இரத்தினம் வைக்கப்பட்டிருந்த பெட்டியைத் தகப்பனுர் எடுக்க முயற்சித்தார். உடனே மகன் தகப்பனை நோக்கி 'அப்பா நீங்கள் அதைத்

தொட வேண்டாம். அதை உடைத்து விடுவீர்கள். நானே அதை எடுக்க வேண்டும். எனக்கே அதன் பெருமை தெரியும், என்று சொல்லிக் கொண்டே தன் தகப்பனர் கையிலிருந்த பெட்டியை வாங்கி மெதுவாகத் திறந்து வஸ்திரத்தை விலக்கி வஸ்திரத்தோடேயே தகப்பனரைப் பார்க்கும்படிச் சொன்னன்.

அதைக் கண்ட அரசன் 'இனி இவன் அறிவுற்றன். இவன்பால் அரிய விஷயத்தைக் கூறுதல் நலம். இவன் பாத்திரமானன்' எனக் கருதி மகனை நோக்கிக் கீழ்வரும் உண்மைகளைப் போதிக்கலானர்.

'அப்பா, மகனே உன்னிடம் இருக்கும் இரத்தினத் தைக் காட்டிலும் பிரகாச முடையதும் விலையற்றதும் உன்னைப் பேசச் செய்வதும் பார்க்கச் செய்வதும் உண்ணச் செய்வதும் உறங்கச் செய்வதும் நினைக்கச் செய்வதும் நடக்கச் செய்வதுமான சக்தியைத் தரும் ஒரு வஸ்து இருக் கின்றது. அவ்வஸ்துவை உனக்குச் சொல்கிறேன். நீ அதைப் பத்திரமாய் வைத்துக் கொண்டால் நீண்ட நாள் உலகில் வாழலாம், நோயற்றிருக்கலாம், சுகமாக என்றும் ஜீவிக்கலாம்' என்று கூறினர்.

இதைக் கேட்ட மகன் ஆச்சரிய முற்று 'அப்படியானல் எனக்கு அதைச் சொல்ல வேண்டும்' என வற்புறுத்தலானன். அதன் பிறகு சிவயோகத்தின் இரகசியத்தைக் கூறலானர்.

சிவயோகம்

உலகத்தைக் காண்பது நமது கண் என்பது உனக்கு நன்ருக விளங்கவில்லையா? அப்படிப்பட்ட கண்ணிற்குப் பிரகாசத் தன்மை எங்கிருந்து உண்டாகின்றது என்பது

உனக்குத் தெரியுமா? கண்ணினிடம் காணப்பட்ட வஸ்துக்கள் கண்ணுக்குத் தோற்றுவது வெளியில் காணப்பட்ட சூரியன், சந்திரன், அக்கினி, நட்சத்திரம், மின்னல், இடி சொர்ப்பனப் பிரகாசம், விளக்கு, மினுக்கினும் பூச்சியின் பிரகாசம் ஆக இவைகளின் பிரகாச சகாயத்தால் கண்ணிற்கு நேரே உட்பக்கத்தில் இருக்கப்பட்ட லிங்க வடிவத்தில் தங்கியிருக்கும் பிரகாசமானது நேத்திர துவார மூலமாய் உலகத்தையும் அதன்கண் தோன்றும் பொருள்களையும் அறிகின்றது.

எனவே, உலகத்திலுள்ள சகல வஸ்துக்களையும் தோற்றுவிப்பதற்குக் காரணமாய் நமது சிரசின் கண் உள்ள பிரகாசம் இருப்பது மாத்திரமன்றி நமது சரீரத்தை நடத்தும் சக்தி வாய்ந்ததாயும் விளங்குகின்றது. ஆகையால் அத்தகைய அருமை வாய்ந்த பிரகாசம் நம்மிடம் இருப்பதால் அப்பிரகாசத்தைக் காப்பாற்றிக் கொள்ளும் கடமை முக்கியமானது.

ஆகவே அப்பிரகாசத்தைக் காப்பாற்றும் மார்க்கத்தில் முதலில் பஞ்சேந்திரிய நிக்கிரகம் செய்து மனதைப் புருவ மத்திய ஸ்தானத்தில் வைத்து நமசிவய என்ற மந்திரத்தை மனனம் செய்ய வேண்டும். அவ்வாறு செய்யும் மனனத்தால் சகல எண்ணங்களும் நாசமடைந்து எண்ண ரகிதமாய் விளங்கும் நிலைமை ஏற்படும். அதுகாலை இரண்டு கைபெரு விரல்களை இரு செவியின் முனையில் வைத்து அழுத்திக் கொண்டு கண்ணையும் வாயையும் மூடி மனதைப் புருவ மத்திய ஸ்தானத்தில் உள்புறம் ஒன்றரை இஞ்சுக்கு இருக்குமாறு யாவித்துக் கொண்டு இரு சுண்டு விரல்களைப் புருவ மத்திய இடத்தில் வைத்துத் தியானம் செய்தல் வேண்டும். இத்தியானத்தில் தீப ஒளியும் பேரிகை சப்தமும் காணப்படும். இதனை ஷண்முகி முத்திரை என்று சொல்லப்படும்.

இரண்டாவதாக, பெரு விரல்களைக் காதின் முனையின் மேல் வைத்து அழுத்திக்கொண்டு கண்களையும் வாயையும் மூடி இரு ஆள்காட்டி விரல்களை முன் சொன்ன இடத்திற்கு ஒரு விரற்கடை மேல் பாகத்தி லிருந்து ஒன்றரை இஞ்சுக்கு உள்பாகத்தில் மனதை நிறுத்திக்கொண்டு சிவயநம என்ற மந்திரத்தை மனனம் செய்ய வேண்டும். இப்பழக்கத்தால் மணியோசையும் ஐந்து தீப ஒளியும் காணப்படும்.

பிறகு இருபெருவிரல்களைக் காதின் முனையில் வைத்து அழுத்திக் கொண்டு இரு நடு விரல்களையும் நடு நெற்றியில் வைத்துக்கொண்டு மனதை விரல் வைத்திருக்கும் இடத்திற்கு நேரே ஒன்றரை அங்குலத்திற்கு உள்பக்கம் பாவித்துக் கொண்டு சிவயவசி என்ற மந்திரத்தை நினைத்து மனனம் செய்தல் வேண்டும். இதன்படி பழகினால் பதினொரு சூரிய வெளிச்சமும் பேரிகை மத்தளம் தாள ஓசையும் கேட்கும். அது சமயம் பிரகாசத்தை விடுத்து சப்தத்தில் மனதை நிறுத்துதல் வேண்டும்.

நான்காவதாக இரு பெரு விரல்களை இரு செவியின் முனையில் வைத்து அழுத்திக்கொண்டு இரு மோதிர விரல்களை நெற்றியின் மேல் பாகத்தில் வைத்துக்கொண்டு அந்த இடத்திற்கு நேரே ஒன்றரை அங்குலம் உள்பாகத்தில் மனதை நிறுத்தி 'சிவா' என்ற மந்திரத்தை மனதில் மனனம் செய்ய வேண்டும். இப்படித் தியானித்தால் கோடி சூரியப் பிரகாசம்போல் பிரகாசமும் மத்தளம் புல்லாங்குழல் போலொத்த சப்தமும் கேட்கும். இவ்விடத்தில் பிரகாசத்தைப் பொருள்படுத்தாமல் சப்தத்தை மாத்திரம் கவனித்தல் வேண்டும். மேற்சொன்ன குறியைக் கைவரப் பெற்றதின் குறிகள் எவையெனில் சொர்ப்பனத்திலும் சாக்கிரதத்

திலும் தியானத்தில் கண்ட அனுபவத்தைக் காண்டல் எதுவோ அதனையே சாதன முடிவாய் நினைத்து மேல் சாதனத்தில் மனதைச் செலுத்த வேண்டும்.

கடைசியாக இருகை பெருவிரல்களை இரு காதுகளின் முனையில் அழுத்திக்கொண்டு கண்ணையும் வாயையும் மூடி இருகை நடு விரலைச் சிரசின் உச்சி பாகத்தில் வைத்துக் கொண்டு 'ஆ' என்ற மந்திரத்தால் மனனம் செய்யவேண்டும். அப்படி மனனம் செய்தால் ஆங்கு வெளி உள் என்ற பேத மின்றி பின்னமற்ற வியாபகப் பிரகாசம் தோன்றும். இந்த இடத்தில் சப்தமும் ஒடுங்கிவிடும். சப்தம் ஒடுங்கிய பின் சப்தத்திற்குடையோன் காணப்பட மாட்டான். ஆதலால் இந்த இடத்தில் ஜீவபோதம் நீங்கி பரபோதமாய் விளங்க லாம். இத்தகைய அனுபவமுடைய ஒருவனே சீவன் முத்தன் எனலாம்.

சீவன் முத்தன் எனப்படுவது இனிப் பிறக்காத நெறியை உணர்ந்தவன். அவனுக்கு மரணம் இல்லை என்று சொல்லப்படும்.

இத்தகைய அரிய நிலையை ஆரியர்கள் வாசா விசாரத் தாலும் யுக்தியாலும் கண்டனம் செய்துவிடுவர்.

தவிர யோக சாதனம் செய்யப்பட்டவர்கள் காயத் தைக் கல்பம் செய்யலாம், பொன் செய்யலாம், பல சித்திகள் பெறலாம், பரகாயப் பிரவேசம் செய்யலாம், நீர் மேல் நடக்க லாம், கனல் மேல் இருக்கலாம். மற்றும் பல செய்யலாம். சிந்தையை ஒடுக்கும் திறம் அவர்கள்பால் சித்திக்காது. அப்படி சித்தித்தவர்கள் காணப்பட்டாலும் சிந்தையை ஒடுக்க யோக சாதனம் வேண்டுவதில்லை. விசாரத்தினால் ஒடுக்கி விடலாம். ஆதலால் யோக சாதனம் பயனற்றதாகும்.

எனக் கூறிய ஆரியர்களில் முதன்மையானவர் எவரோ அவர் கதையை சற்று ஆராயப்புகின் இவர்கள் கூற்று வெளிப்படும். எனவே அதை இங்கே கூறுவோமாக.

சங்கரர் கதை

தென்னாட்டில் காலடி என்னும் கிராமத்தில் ஒரு விதவையின் வயிற்றில் ஒரு பிள்ளை பிறந்தான். அப்பிள்ளை பிறந்த ஐந்து ஆண்டிற்குள் சகல சாஸ்திரங்களேயும் கற்று உணர்ந்தான். இப்படி இருக்கும் நாளில் எட்டாவது வயதில் சந்நியாசம் வகிக்கத் தனது மாதாவைக் கேட்க அதற்கு அவள் மறுத்தனள்.

இதை யறிந்த சங்கரன் ஒரு நாள் தன் தாயுடன் ஸ்நானம் செய்ய ஆற்றுக்குப் போன விடத்தில் ஆற்றில் முதலையானது அவன் காலைப் பிடித்துக்கொண்டது; உடனே கறையிலிருந்த தன் தாயை நோக்கி என்னை 'முதலை பிடித்துக் கொண்டது. நான் இறக்கப் போகின்றேன். இப்போதாவது எனக்குச் சந்நியாசம் செய்து கொள்ள உத்தரவளிக்கில் நான் மோட்சத்தை யடைவேன்' என்று கேட்ட மைந்தனுக்குச் சந்நியாசம் செய்து கொள்ள உத்தரவு அளிக்கப்பட்டது. இவ்வுத்தரவைப் பெற்றவுடன் முதலை வாயினின்றும் விடுபட்டு கறை யேறிய சங்கரர் தமது மாதா இறக்கும் வரை ஊரில் பிச்சை வாங்கி உண்டு வாழ்ந்து மாதா இறந்தபின் திக்கு விஜயம் செய்ய முற்பட்டார்.

உலகத்தைச் சுற்றி சகல மதங்களேயும் வாதித்து ஜெயம் பெற்று தாம் கற்பித்த வேதாந்த மதத்தை நிலைபெறச் செய்துவரும் காலத்தில் வடதிசையில் மண்டனமிஸ்ரர் என்ற ஒரு கர்ம காண்டி பிரபலமாய் இருப்பதையறிந்து அவர்பால் சென்று வாதம செய்த காலத்தில் மண்

டன மிஸ்ரர் தோல்வி யுறவே அதற்குப்பின் அவர் நாயகி யிடம் வாதம் செய்ய ஆரம்பித்தார்.

வாதம் செய்துகொண்டு வரும் போது அம் மாதானவள் மத்தியில் 'நீர் சொல்லும் சமாதானம் பொருத்த மற்றது. உமக்குச் சிற்றின்ப நுகர்ச்சியில்லை யாதலால் உமக்கு அனுபவமில்லாததை நீர் வாதிக்கவல்லவரல்ல' எனக் கூறியதைக் கேட்ட சங்கரர் சிலநாள் தமக்கு ஓய்வு கொடுத்தால் பிறகுவந்து வாதிப்பதாய்ச் சொல்லி பிறகு தம்முடைய சீடர்களிடம் விஷயத்தைக் கூறித் தாம் பர காயப் பிரவேசம் செய்து சிற்றின்ப அனுபவத்தைப் பெற உத்தேசித் திருப்பதாய்க் கூறினார்.

அது சமயம் ஓர் அரசன் உயிர் துறந்ததை யறிந்து தன்னுடைய சரீரத்தை ஒரு மரத்துப் பொந்தில் வைத்து விட்டு சீடர்களைப் பாதுகாக்கும்படி உத்தரவிட்டுத் தாம் இறந்த அரசனின் உடலில் பிரவேசித்து உயிர் பெற்ற அரச னாய் விளங்கி அவ்வரசப் பத்தினியிடம் சிற்றின்ப போகத்தை அடைந்தார் என்று சொல்லும் கதையில் விசா ரத்தால் ஞானம் என்று சொல்லும் மதத்தின் தலைவராகிய சங்கரர் பரகாயப் பிரவேசம் செய்தது சித்தியா? அல்லது ஞானமா? சித்தி என்றால் அவருக்கு யோகமின்றி சித்தி எப்படி கிடைக்கலாயிற்று? என்ற வினவிற்குப் பதில் கூற வேண்டி யிருப்பதால் அவர் மதத்தைப் பின் பற்றுபவர்கள் 'அவர் சாக்ஷாத் கடவுள், உலகத்தை சிருஷ்டித்தகர்த்தாவே அவர்' எனக்கூறி ஏமாற்றுகின்றனர்.

எனவே சங்கரர் ஒரு சிவயோகியாகவே யிருந்து யோகத்தை முடித்தபின் சங்கல்ப நாசத்தை அடைய பல நூல்களைச் செய்தார்.

அக்காலத்தில் தமிழர்கள் அனைவரும் சிவயோக சித்தி வாய்ந்தவர்களாய் விளங்கி யிருந்ததால் அவர்கள்பால் யோக சித்தியைக் கூருமல் ஆன்ம விசாரத்தை மாத்திரம் கூறு கின்ருர்.

வேதாந்தம் பேசும் மக்கள் அனைவருக்கும் மூல புரு ஷர் சங்கரர் என்பதால் சங்கரர் சொன்ன சாத்திரங்களைப் படித்த பேச்சாளிகள் சங்கரர் சொல்லாத யோக நூலை அவலம்பித்து விட்டது மன்றி, யோகத்தைக் கீழ் நிலை என் றும் கூறி வைத்தார்கள். இதற்குத் திருஷ்டாந்தமாய்ப் பல கதைகளைக் கூறலாம். அதில் ஒரு கதையை இங்கே குறிப்பிடுகிறேன்.

யோகசித்தன் கதை

கீழ் நாடாகிய பர்மா நாட்டில் அமராவதி என்ற ஒரு ஊர் இருக்கின்றது. அந்த ஊரை ஆண்ட மன்னர் இந்திரன் என்போன். அவன் ஆண்டகாலத்தில் அவன்பால் ஐரா வதம் என்ற ஒரு வெள்ளையானையும் இந்திராணி என்னும் ஒரு பெண்ணரசியும் இருந்தனர். தவிர ஐராவதி என்னும் ஒரு பெரிய ஜீவநதி அவன் நாட்டைச் சூழ்ந்து சென்று கொண்டிருக்கும். (அத்தகைய நாடானது இன்று ஆங்கிலர் வசமாகிய பின் மாந்தளே என்று அழைக்கப்படுகிறது.)

மாந்தளே என்னும் ஊரானது இரங்கோனுக்கு மேல் பாகத்தில் இருக்கின்றது. அந்த நாட்டில் புத்த மதம் வேரூன்றி இருக்கின்றது.

புத்த மதத்தவர் பர்மாவில் அதிகமாகக் காணப் பட்டாலும் தமிழர் யோகத்தைக் கையாள்பவர்களும் இருக் கின்றனர்.

போகர் என்னும் தமிழ் நாட்டு யோகி பர்மாவிற்குப் போய், சிவயோகத்தைப் பாவச் செய்திருப்பதாய், பர்மியர் கூறுகின்றனர்.

இன்று மாந்தலே என்னும் ஊரில் ஒரு பெரிய மடத்தைக் கட்டிக்கொண்டு பதினாயிரக் கணக்கான சீடர்களை வைத்துக் கணக்கற்ற கோடி ரூபாய்கள் செலவு செய்து மலைகளைக் கட்டடங்களாகச் செய்துகொண்டு வரும் ஒரு யோகி 'ஊக்காண்டி' என்னும் பெயரோடு விளங்குகிறார். இவர் வயது எவ்வளவு என்று ஒருவராலும் சொல்ல முடியவில்லை. ஏனெனில் அறுபது வயதுள்ள ஒரு கிழவர் 'நான் சிறுவனாய் இருந்த காலத்தில் எந்தமாதிரி இருந்தாரோ அதே மாதிரியாய் இன்றும் ஊக்காண்டி இருக்கின்றார். இவர் வயது சொல்ல முடியாது' என்று கூறுகின்றார்.

மாந்தலேயில் ஒரு மலையை அப்படியே மடங்களாகவும் மின்சார விளக்குக ளமைக்கப்பட்ட வீதிகளாகவும் கணக்கு மிதமின்றி சதா பொருளைச் செலவிட்டு கட்டடங்களைக் கட்டிக் கொண்டே செல்லுவதை நோக்கும் மக்கள் 'ஊக்காண்டி பொன் செய்து மடங்களைக் கட்டுகிறார். இல்லாவிடில் இவ்வளவு பெருந் தொகை இவருக்கெப்படி கிடைக்கின்றது' என ஆச்சரியப்படுகின்றனர். அரசாங்கமும் இவரைப் பரிசோதித் திருப்பதாய்த் தெரிகின்றது. ஆனால் இவர் பொன் செய்கின்றார் என்று எவரும் ருசு செய்யவில்லை.

எனவே எவ்வகையிலோ கோடிக் கணக்கான பணத்தை அவர் செலவழித்துக்கொண் டிருக்கிறார். இத்தகைய இவரைப் பர்மாவிலுள்ள அனைவரும் அறிவர். இவரைப் பௌத்த சந்நியாசிகள் 'இவர் ஒரு சித்தர், இவர் நிலை

தாழ்ந்தது' என்று பேசுகிறார்கள். எனவே இப்படி இழி வாய்ப் பேசும் இவர்கள் ஒரு காசுக்கும் உலகிற்குப் பயன் படுவதில்லை. அன்றியும் ஊரார் சொத்தை வயிறார உண்டு பட்டுடுத்தி, மொட்டை யடித்துக் கொண்டு மடங்களில் சுக மாகச் சோம்பேறி வாழ்க்கையைக் கைப்பற்றி யுக்திகள் நிறைந்த நூல்களைப் படித்து பிறர்க்கு யுக்தி கூறித் திரிகின் றனரே யொழிய வேறில்லை.

உலகில் ஒருவராலும் செய்ய முடியாத அற்புத கட் டடங்களைப் பொருள் இவ்வளவென மதிக்கவொண்ணாத வகையில் செலவு செய்து கட்டியும், பதினாயிரக் கணக் கான மாணவர்களுக்கு இலவச கல்விச்சாலைகள் அமைத் தும், கோடிக் கணக்கான மக்களுக்குச் சிகிச்சை செய்ய ஆஸ் பத்திரிகளை நிருவியும், லட்சக் கணக்கான ஏழைகளுக்கு வேலை கொடுத்தும் வாழும் ஒரு சந்நியாசியைப் பார்த்து கையாலாகாத வாயாடி யுக்தி கூறும் சாமிகள் ஏளனம் செய் வது என்றால் நம் நாட்டில் சிவயோகத்தை ஆரியர்கள் குறை கூறி நூல் எழுதி வைத்தது ஒரு ஆச்சரியமாகுமா?

அக்காலத்திய ஆரியர்கள் சூழ்ச்சி செய்து நூல்களை எழுதி வைத்திராவிடில் இக்காலத்தில் நடக்கும் முறைகள் நடைபெறுமா?

ஆரியர்கள் எழுதி வைத்த கதைகளில் ஒரு வகுப்பில் பிறந்தவர்கள் வம்ச பரம்பரியமாய்த் தேவர்கள் என்றும் மற் றையோர் நரர்களென்றும் எழுதி வைத்துள்ளனர்.

ஆரியக் கதைக் கிணங்க அனுஷ்டிக்கப்பட்டு வரும் பழக் கங்கள், தேவர்களால் ஆலயாதிகளைப் பூசித்தல், நரர்களுக்குச் சடங்குகள் செய்வித்தல், தர்மாதிகளை வாங்குதல், நரர்களுக் குச் சொல்லி தேவ வம்சத்தார்களுக்குத் தானம் வாங்கித்

தருதல், தேவ வம்சத்திற்கு அன்னமிட நார்களைக் கொண்டு அன்னசத்திராதிகளை அமைக்கச் செய்தல் முதலான பல காரியங்களை நடத்திவர அதற்காதாரமான அநேக நூல்களை வெளியிட்டுள்ளனர். தவிர சிற்றின்ப சுக போகத்தைத் தேவ வம்ச புருடர்கள் நர வம்ச பெண்களுடன் அநுபவிக்கலாம் என்றும் அது புண்ணிய காரியம் என்றும் கூறி வந்திருக்கின்றனர்.

ஆரியர்கள் கழிக்கும் சலமலங்கள் கூட நரபுருஷர் களுக்கு மோட்சத்தைத் தரும். ஆதலால் அவர்களால் சல மலம் கழிக்கப்பட்ட இடங்களை நரபுருஷர்கள் வணங்குதல் வேண்டும் என எழுதிவைத்திருக்கின்றனர்.

பலர் இதை வெறுக்கலாம்; ஆனால் அநுபவத்தில் இருப்பதைக் கவனியாமல் பேசலாம் அல்லது ஏசலாம். அத்தகையோர் கீழ்வரும் கதையைப் படித்துத் தங்கள் அறிவை விசாலப்படுத்துவாராக.

இரங்கநாதர் ஆலயம்

தென்னாட்டிலே சென்னைக்குத் தென் பாகத்தில் சுமார் இருநூறு மைல்களுக்கப்பால் திருச்சி ஜில்லாவில் ஸ்ரீரங்கம் என்ற ஓர் ஊர் இருக்கின்றது. அவ்வூரில் ஒரு பெரிய ஆலயம் கட்டப்பட்டிருக்கின்றது. அவ்வாலயமானது ஏழு மதில்களோடு அமைக்கப்பட்டதாகும். அவ்வாலயத்தில் ஸ்ரீரங்கநாதர் என்னும் பெயரையுடைய ஒரு சுவாமியை மூலஸ்தானத்தில் அமர்த்தி யிருக்கின்றனர். சுவாமி இருக்கும் பிரகாரம் தவிர மற்ற ஏழு பிரகாரங்களிலும் இரு பக்கங்களிலும் தேவ பிராமணாள் சதிபதிகளோடு வாழ வீடுகள் அமைக்கப்பட்டிருக்கின்றன. அவ்வீடுகளின் பின் புறமாகிய

கோயில் பிரகார மதில் சுவர்களோரம் மலசலம் கழிக்கும் கக்கூசுகள் அமைக்கப்பட்டிருக்கின்றன. இதுபோல ஏழு பிரகாரங்களிலும் வீடுகளும் வீட்டினுள் கக்கூசுகளும் கட்டப்பட்டிருக்கின்றன. இந்த ஆலயத்தில் நாள்தோறும் லட்சக்கணக்கான தீபங்கள் எரிக்கப்படுகின்றன. அந்த தீபங்கள் நெய்யால் எரிக்கப்படுகின்றன. தீபம் மாத்திரம் நெய்யென்று சொல்லலாகாது. அக்கோயிலுக்குள்ளிருக்கும் வீடுகளில் வாசம் செய்யும் பதினாயிரக்கணக்கான தேவ பிராமணர்கள் எண்ணெய் என்பதைப் பார்த்திராதவர்கள். ஏனெனில் ஆலயத்து நெய்யால் மூழ்கியிருப்பவர்களாதலால்.

இந்த நிலையில் ஸ்ரீரங்கம் ஆலயத்திற்குச் செல்லும் நரர்கள் ஆலயத்திற்கு வேண்டிய பொருளும், நெய்யும் கொடுத்துவரல் வேண்டும். (தங்கள் மக்களும் தாங்களும் நெய் உபயோகிக்க இயலாமல் கூழ் குடித்து மடிந்தாலும் தோஷமில்லை) இதை உண்டு வாழும் தேவ வம்சத்தவர்கள் கழிக்கும் மலசலம் நிறைந்த இடத்தில் நரர்கள் மிதியடி போட்டுக்கொண்டு நடத்தலாகாது, எச்சில் துப்பலாகாது, கை அலம்பலாகாது. இவர்கள் கை அலம்பும் நீர் அவ்விடத்தில் பட்டால் இடம் அசுத்தமாய் விடுமாம். எனவே பரிசுத்தமாய் நரர்கள் ஆலயத்திற்குள் பிரவேசிக்கவேண்டும். தவிர ஆலயப் பிரகாரங்களுக்கு வெளியிலிருந்தே நரர்கள் அவ்வாலயத்தைக் கும்பிட்டு வணங்க வேண்டும். இவர்கள் கும்பிட்ட இடத்திற்குள் தேவ வம்சத்தவர்களின் சலமலமும் ஸ்ரீரங்க நாதர் சிலர் உருவமும் மற்ற சித்திரங்கள் நிறைந்த கற்களும் காணப்படுகின்றன.

இதுபோலவே ராமேஸ்வரம், மதுரை, சிதம்பரம் முதலிய ஸ்தலங்கள் இருந்தாலும் அங்குத் தேவர் வீடுகள் பிரகாரத்திற்கு வெளியில் அமைக்கப்பட்டிருக்கின்றன.

இன்னும் கேளுங்கள். இவ்வாலயங்களுக்குப் பொருள் கொடுக்க வேண்டியவர்கள் நாகர்களேயாவர். அப்பொருளைக் கொண்டு உயிர் வாழ்வதும், மதுரையில் ஆரிய பாஷா கல்விச் சாலையை ஏற்படுத்தி வாசிப்பதும் தேவவம்சமே. அக் கல்விச் சாலைக்குப் பொருள் தரும் வகுப்பினரும், ஆலயங்களின் சொந்தக்காரருமாகிய நாகர்களுக்கு அங்கு இடமில்லை என்றால் இங்கிலீஷ் ராச்சியத்திற்கு முன் நிலையை யோசித்துப் பார்த்தல் வேண்டும். இதுபோலொத்த பல காரியங்களை முன்னிட்டு ஆரிய நூல்கள் பரவலாயின. அதைப் பின் பற்றும் தமிழர்களும் நாகர்களாய், தேவ வம்சத்தவர்களின் அடிமைகளாய், சூத்திரர்களாய், கதைகளை நம்பும் அறிவாளர்களாய், கதைகளில் வல்லவரெனப் பெயர் வாங்க முன் வந்த பண்டிதர்களாய் மாறினதால் ஆரியர் தமிழர்களைக் கேவலமாகவும் கீழ் எனவும் கூறி தமது எண்ணங்களைப் பூர்த்தி செய்து கொண்டனர்.

புத்தர் மதம்

ஆரிய மதம் தமிழ்நாட்டில் பரவுதற்கு முன்னர் புத்தர் மதம் பரவி இருந்தது. புத்தர் மதமானது இலங்கையிலும் சைனாவிலும் ஜப்பானிலும் பர்மாவிலும் வேரூன்றி இருந்தது. தமிழர் நாடுகளிலும் வடநாடுகளிலும் ஆரிய மதம் பரவவே புத்தர் மதம் தலை தூக்காமற் போய்விட்டது. புத்தர் மதம் இந்தியாவில் புறக்கணிக்கப்பட்டதற்குக் காரணம் யாதெனில் கூறுவோமாக:

புத்த மதமானது ஓர் அரச குமாரரால் உண்டாக்கப் பட்ட மதமாகும். வடநாட்டிலே ஓர் அரச குமாரர் வெளி பவனி வரும்போது ஒவ்வொரு திக்காக நகர் பார்க்கும் நாட்

களில் ஒவ்வொரு நாளும் ஒவ்வொரு கேள்விகளைக் கேட்க லாயினர்.

முதல் நாள் நகர் சோதனை வரும்போது ஒரு நோயாளி யைக் கண்டு 'இவர் ஏன் வருந்துகிறார்' என்று கேட்டார். அது சமயம் இவர் நோய்வாய்ப்பட்டு வருந்துகிறார் என்றும், நமக்கும் நோய் வருவது சாத்தியம் என்றும், மந்திரிமார்கள் கூறினதைக் கேட்டுத் திரும்பி அரண்மனை சென்றார்.

இரண்டாம் நாள் வெளிவரும் திக்கில் ஒரு வயோதிகன் தள்ளாடித் தள்ளாடி நடப்பதைப் பார்த்து இவர் ஏன் இப்படி நடக்கின்றார் என்று கேட்டார். அவர் நம்மைப் போல் பாலராய் இருந்து யௌவனத்தை யடைந்து உலக போகத்தை நுகர்ந்து இப்போது வயோதிக பர்வத்தை அடைந்துவிட்டார். நாமும் இனி இவர் நிலைக்கு வரக் கூடியவர்கள் எனக் கூறியதைக் கேட்டு திரும்பிவிட்டார்.

மூன்றாம் நாள் சென்ற திக்கில் ஒரு பிணத்தை நால்வர் தூக்கிக்கொண்டு மயானம் நோக்கிச் செல்வதைப் பார்த்து வினவிய அரச குமாரரிடம் மந்திரிமார் கூறும்போது இவர் நம்மைப்போ லிருந்து வாழ்ந்து உயிர் துறந்தார். ஆத லால் இவரைப் பிணம் என்று கூறுவர். இவர் உடலாகிய, பிணத்தைத் தகனம் செய்ய எடுத்துச் செல்லுகின்றனர். நாமும் இந்நிலைக்கே முடிவில் வருவோம் எனக் கூறியதைக் கேட்ட இளவேந்தர் அரண்மனைக்குத் திரும்பிவிட்டார்.

நான்காவது நாள் செல்லும் திக்கில் ஒரு சந்நியாசி யானவர் உலக அலங்கரிப்பையும் அரசன் வருகையின் அலங் கார வைபவத்தையும் ஒரு சிறிதும் பொருள் படுத்தாமல் தலை குனிந்து கவலையுற்ற நிலையினராய்ச் செல்லுவதைக்கண்ட அரச குமாரர் மந்திரியை நோக்கி இவர் ஏன் ஒன்றையும்

கவனியாமல் கவலையோடு செல்கின்றார் எனக் கேட்டபின், மந்திரியானவர் பதில் கூறும் போது இவர் உலக போகம் நாசமடையக் கூடியது. நாமும் நாசமடைந்து விடுவோம் எனத் தெரிந்து நாசமில்லாத ஒன்றை அடைய சந்நியாசங் கொண்டு செல்கின்றார் என்று சொன்னவுடன் அரசகுமாரர் திரும்பி மனைக்குச் சென்று விட்டார்.

வீடு திரும்பிய அரச குமாரர் நான்கு நாள் அனுபவத்தைக் கொண்டுத் தாமும் சாகாமல் நித்தியமாய் இருக்கக் கருதி ஒருவருக்கும் தெரியாமல் வெளிப்பட்டு காடு சென்று தவம் செய்யலானார்.

தவத்தின் மிகுதியால் தாம் நிச்சயித்த ஒன்றை உலக மக்களுக்கு அறிவிப்பான் வேண்டி திக்குகள் தோறும் சென்று ஆங்காங்கு தாம் கண்ட உண்மையை வெளிப் படுத்தலாயினர்.

இவர் காலத்தில் தாம் தமிழர் மதத்தை யனுசரித்து ஆரிய மதத்திற்கு விரோதமாய் அகிம்சா தர்மத்தைப் போதித்தது. இவர் காலத்திற்குப் பிறகே உயிர்க் கொலைக்கு பாப விமோசனமாய் யாகம் செய்து உயிர்களைக் கொல்ல லாம் என க் கூறி யாகம் செய்யும்படிச் சொன்னது.

புத்தர் மதமானது தமிழர் மதத்துககு முறறும பொருந்தி யிருந்ததால் தமிழர்கள் அதை யனுசரித்து வந்தனர்.

ஆரிய மதத்தில் சங்கரர் தோன்றி புத்த மதத்தில் சேர்ந்து வாசித்து அம்மதத்தில் கூறிய சகலமும் உணர்ந்து தமது யுக்தியைக் கொண்டு அம்மதத்தை வாதித்து வெற்றி பெற்றதாய்க் கூறி இந்தியாவில் தம் மதத்தை நிலை நாட்டி விட்டார்.

புத்த மதத்தில் கடவுள் நிச்சயம் சொல்லும் போது 'ஆன்மா அணுப்பிரமாணமாயும் பிரவாக ரூபமாயும் இருக்கின்றது. அணுவின் கூட்டங்களே நானாவித தோற்றத்தோடு மாறுதலுடன் தோற்றுகிறது. பிரவாகம் போய்க்கொண்டே இருப்பினும் பார்ப்பவர்களுக்கு எப்படி முன் பார்த்த ஜலம் அப்படியே இருப்பதாய்க் காணப்படுகின்றதோ, அது போல மாறுதலடைந்துகொண்டே இருக்கும் உலகம் மாருததுபோல் காணப்படுகின்றது' என்ற சித்தாந்தத்தை சங்கரர் கண்டிக்கும்போது, அணுவானது அறிவுக்கு விளக்கமாதலாலும், அறிவை விளக்க வேறொரு வஸ்துவின்மையாலும் அணுவும் அறிவிற் தோற்றுவதாலும் அணுவும் நித்திய மன்று. ஆனால், அறியப்பட்ட அறிவே நித்தியம் என்று சொல்லி புத்த மதத்தை யுக்தியால் வென்றதாகக் கூறித் தமது கொள்கையை இந்தியாவில் பரவச் செய்தார். இவை இந்தியாவிலேயே நின்று விட்டபடியால் இம் மதம் பிறநாடு செல்லாமல் போய்விட்டது.

இதுபோலொத்த பல காரணங்களால் இந்திய நாட்டில் தமிழர் மதம் அதிகமாய்ப் பரவ இடந் தாராமற் போயிற்று.

முற்றிற்று.

Meenatchi Press, 31, Vaithiyanatha Mudali Street, Madras.

டாக்டர் மே. மாசிலாமணி முதலியார் அவர்களால்

தயாரிக்கப்பட்ட

ஔஷதங்கள்

இன்பசாரம்

புருஷத் தன்மையைத் தரும்

புத்திர உற்பத்தியை யளிக்கும்

இம் மாத்திரையை மாலையில் படுக்கைக்குப் போகும் போது தூள் செய்து வாயில் போட்டுக்கொண்டு பால் சாப் பிட்டுவரின் பசி அதிகரிக்கும்; நரம்புகளுக்கு உணர்ச்சி ஏற் படும்; இரத்த விருத்தி யுண்டாகும். இம்மாத்திரையானது

தங்கம் ஒன்றையே செந்தூரம் செய்து பவளம், முத்து, காரோபா முதலான சத்து வஸ்துக்களுடன் விதை தினுசுகளும் சேர்த்துத் தயார் செய்யப்பட்டது. இதன் முக்கிய குணம் புருஷர்களுக்குப் புருஷத் தன்மையும் பெண்களுக்குப் பெண் தன்மையும் உண்டு பண்ணுவதாகும்.

இருபாலரின் இச்சையைப் பூர்த்தி செய்துகொள்ளச் செய்வதும் தவிர கர்ப்பம் தரிக்கவும் செய்யும்.

இன்பசாரம் என்னும் மாத்திரையைச் சாப்பிட்டால் ஒடிந்த எலும்புகள் கூடிவிடுகின்றன.

இன்பசாரத்தைச் சாப்பிட்டால் சொர்ப்பன ஸ்கலிதம் நீங்கி விடுகின்றது.

இன்பசாரத்தால் தாது விருத்தியைப் பெற்றுவிடலாம்.

இன்பசாரத்தால் நீரில் கலந்துபோகும் இந்திரியத்தைத் தடுத்துக் கொள்ளலாம். (செடிமென்ட்ஸ்)

இன்பசாரத்தால் சரீரத்திலுள்ள இரணத்தை ஆற்றிக் கொள்ளலாம்.

இன்பசாரத்தால் க்ஷய சுரத்தையும், மற்ற சுரங்களையும் போக்கி விடலாம்.

இன்பசாரத்தால் சோகை நோய் நீங்கி, இரத்த விருத்தியடையலாம்.

இன்பசாரத்தால் இருதய வியாதி, சுரம், பித்தசோகை, பசியின்மை, வீக்கம், மதுமேகம், பாரிசவாய்வு, க்ஷய இருமல் சுரம் இவை நீங்குகின்றன. நூற்றுக்கணக்கான நன்மதிப்புக்கள் பெற்றுள்ளது. ஒரே வேளையில் குணம் தெரியும்.

இன்பசார மாத்திரையைப்பற்றிச் சில நற்சாக்ஷிப் பத்திரங்கள்

குழந்தை பிறந்தது

கனம் டாக்டர் மே. மாசிலாமணி முதலியார் அவர்களுக்கு;

நான் இருபது வருஷமாக காசி, இராமேஸ்வரம் முதலான இடங்களுக்குச் சென்று பல தானங்களைச் செய்

தும், எனக்குப் புத்திர சந்தானமில்லாத காரணத்தால் தங்கள் மருந்தால் புத்திர உற்பத்தி யுண்டானால் இருபது ஆயிரம் கொடுப்பதாய் வாக்களித்தேன். தங்களுடைய இன்ப சார மாத்திரையின் பெருமையை என்னென்று புகழ்வேன்.

எனக்கு உள்ள சொத்து ஒன்பது ஆயிரம் தாளக்கூடிய வீடு ஒன்றுதான். என்னிடம் வேறு பணம் கிடையாது. வேண்டுமானால் கிருஷ்ணு அண்டு கம்பெனியாரையும் கங்கி பாட்டி சுப்பிரமணியம் செட்டியாரையும் கேட்டுக் கொள் ளுங்கள்.

தங்களுடைய மருந்தால் ஆண் குழந்தை ஒன்று பிறந்தது. இத்துடன் 4 சவரன் அனுப்பி யிருக்கின்றேன். பெற்றுக்கொண்டு என்னை மன்னிக்கவும்.

தங்கள் அன்புள்ள,
தேவரப்பட்டு அப்பய்ய செட்டியார்.

ஆண் தன்மை அடைந்தேன்

டாக்டர் மே. மாசிலாமணி முதலியார் அவர்கட்கு,

அன்புள்ள ஐயா, தாங்கள் கொடுத்த இன்பசாரம் என்னும் மருந்து என்னைப் புருஷனாகச் செய்து விட்டதை நோக்க நான் அடைந்த சந்தோஷம் சொல்லுந்தரம் அன்று.

எனது முதல் மனைவி 10 வருடமிருந்து காலமானாள். இரண்டாவது மனைவியை எனக்கு என் உறவினர் கட்டி வைத்தனர். விவாகமானதிலிருந்து என் மனம் அடைந்த துன்பம் அளவி லடங்காது. எனது நண்பர் திண்டுகுறத்தி எதிராஜுலு செட்டியாரால் தங்களிடம் வந்து இன்பசாரம் என்னும் மருந்தை உட்கொண்டதால் எனக்கும் என் குடும்பத்திற்கும் ஆனந்தம் கிடைத்தது.

என்னுடைய நாயகிக்குச் சரீரம் உஷ்ணமாயும் நீர் இறங்கும்போது பாதையாயும் இருப்பதாய்த் தெரிகின்றது. அதற்குத் தாங்கள் எண்ணெய் கொடுக்கும்படிக் கோருகிறேன்.

லேட் மோஸஸ் கம்பெனி,
கோத்தா கிருஷ்ணசாமி செட்டியார்.

க்ஷயரோகம் நீங்கிற்று

டாக்டர் மே. மாசிலாமணி முதலியார் அவர்களுக்கு,

என்னுடைய நாயகிக்கு ஏற்பட்டிருந்த க்ஷயரோகம் காரணமாய் அதிகமாய்க் காய்ந்துகொண்டிருந்த சுரமும், இருமலும் தங்கள் இன்பசாரம் என்னும் மாத்திரைகளில் சில புட்டி சாப்பிட்டவுடன் நீங்கி விட்டது. இப்போது நிறையிலும் அதிகப்பட்டிருக்கின்றது; இருமலும் சுரமும் இருந்த இடம் தெரியாமல் போய்விட்டது. தங்களுடைய இன்பசார மாத்திரை ஆச்சரியமான மருந்து என்பதில் சந்தேகமேயில்லை. இதை க்ஷய ரோகத்தால் துன்பப்படும் என்னுடைய சிநேகிதர்களுக்குச் சொல்லி வருகின்றேன்.

வி. ராமநாத ஐயர்,

7—5—32 *கார்டன் ஆட்ராம் கம்பெனி, மதராஸ்.*

கனம் டாக்டர் மே. மாசிலாமணி முதலியார் அவர்களுக்கு,

இதுவரையிலும் 6 புட்டி இன்பசார மாத்திரையை என் மனைவிக்குக் கொடுத்துள்ளேன். அதனால் நான் எதிர் பார்க்காதவண்ணம் குணம் கண்டிருக்கிறேன். இரத்த விருத்தியும் நல்ல பசியும் எடுக்கின்றது. என் மனைவி பிழைத்தது ஆச்சரியமே! வேறொரு பெண்மணிக்கு இதைக் கொடுத்திருக்கிறேன். அவர்களுக்கு இரத்த மில்லாமல் வெளுத்திருந்த உடம்பு இப்போது இரத்தம் பாவிவிட்டது. 2 புட்டி வி. பி. யில் அனுப்பவும்.

இப்படிக்கு,

28—4—32, காஞ்சிபுரம், Dr. T. N. நடராஜன் L. M. P.

ம-ா-ா-ஸ்ரீ மகாகனம் ஐயா அவர்களுக்கு, நான் ஆகிய R. T. *கோவிந்தன் கங்காணி எழுதிக்கொண்ட விண்ணப்பம் யாதெனில் இப்பவும் தயவுசெய்து (தங்கள் அன்பான மாத்திரையால்) 2பிள்ளைகள் பிறந்து தவறிப்போய் விட்டது பின்பு ஒரு குழந்தை பிறந்து கடவுள் கிருபையால் க்ஷேமமாய் இருக்கிறது. தங்களுடைய கேட்லாக்*

தவறிப்போய் விட்டது. ஆனபடியால் தயவு செய்து கேட்லாக்கு ஒன்று அனுப்பவும். நாங்கள் வேண்டிய மாத்திரை எடுத்துக் கொள்கிறோம். தயவு செய்து அனுப்பவும். மாத்திரை யெடுப்போம். கேட்லாக்கு இல்லாத படியால் இன்னமாத்திரை என்று தெரியாது. ஆனபடியால் கேட்லாக்கு அனுப்பவும்.

R. T. கோவிந்தன்,
உடுவளைத்தோட்டம், கந்தப்பளை போஸ்டு.

ஒரு மாதம் சாப்பிடக் கூடிய 30 மாத்திரை அடங்கிய புட்டி 1-க்கு விலை ரூபா 5.

சகல மேக சித்தாதி எண்ணெய்

இந்த எண்ணெயைக் காலையில் ஒரு தேக்கரண்டி அல்லது அரை அவுன்சு எடுத்துக்கொண்டு 1/8 படி பசுப்பாலில் கலந்து சாப்பிடவேண்டும். இரண்டு மூன்று தரம் மலம் தள்ளும். மேக வாய்வு, கைகால் பிடிப்பு, உடம்புவலி, இடுப்புவலி நீங்கும். வயிற்றில் தங்கிய வாய்வையும் வெளிப்படுத்துவதுடன், பெண்களுக் குண்டாகும் சூதக வாய்வு, சூதக வலி, பித்த குன்மம், வெள்ளை வியாதி, மூலம், பவுத்திரம், குஷ்டம் இவைகளைப் போக்கும். வயிற்றிலுள்ள இரணங்களை ஆற்றும்.

இந்த எண்ணெய் சாப்பிடும்போது தயிர் சாதம் அல்லது மோர் சாதம் சாப்பிடவேண்டும். பாரிச வாய்வுக்கு இது உயர்ந்த எண்ணெய். வாத சரீரம் இளைத்துவிடும்.

டாக்டர் அவர்களுக்கு கீழ்வீதி சீனிவாஸ ஐயங்கார் எழுதியது

தாங்கள் எனக்குக் கொடுத்த சகல மேக சித்தாதி எண்ணெயை இரண்டு நாள் சாப்பிட்டேன். என் முழங்கால் வீக்கமும் பிடிப்பும் நீங்கிவிட்டது. இடுப்பு வலியும் போய்விட்டது. வயிற்றில் சப்தித்துக்கொண்டிருந்த வாய்வும் நீங்கிவிட்டது. இன்னும் ஒரு வேளை எண்ணெயை கையிருப்பாக வைத்திருக்கின்றேன். இந்த லெட்டர்

கொண்டுவரும் பிராம்மண விதவை மிகவும் ஏழை. கால் குடைச்சலினால் அநேக நாளாய்க் கஷ்டப்படுகிறாள். கிருபை கூர்ந்து ஒரு ரூபா வாங்கிக்கொண்டு இரண்டு வேளை எண் ணெய் கொடுத்தனுப்பவும். நான் தங்களை வந்து பார்க்கி றேன். இப்படிக்கு,

கீழ்வீதி சீனிவாஸ ஐயங்கார்,

சைவ முத்தையா முதலி வீதி, சென்னை.

கனம் டாக்டர் மே. மாசிலாமணி முதலியார் அவர்களுக்கு,

நான் ஒண்ணுக்குப் போகும்போது நீர் துவாரத்தி லிருந்து இரத்தம் விழுந்து வந்தது. அதற்குத் தங்கள் சகல மேக சித்தாதி எண்ணெய் 3 வேளை சாப்பிட்டதில் பூரா குணம் பெற்றேன். இப்படிக்கு,

இராஜரத்தினம் செட்டி.

இத்தகைய இன்னும் எண்ணிறந்த நற்சாட்சிகள் பெற்ற சகல மேக சித்தாதி எண்ணெய் புட்டி 1-க்கு விலை ரூபா 5.

காவ்டோலின்

(இது சர்வ படையையும் சம்மரிக்கும்)

சரீரத்திலும் இடுப்பிலும், கழுத்துப் பட்டைகளிலும், துடையின் இடுக்கிலும், சாமான் கூட்டின் மேலும் படரும் படை யானது இரவுபகலாக மானுபிமானம் விட்டு பலர் முன்னிலையில் சாமான் கூட்டில் கையை வைத்து நமை நீங்கச் சொரிந்துகொள்ளச் செய்கின்றது.

சிலர்க்கு முகத்திலும் கழுத்திலும் படர் ந்து விகாரத்தை உண்டுபண்ணுகின்றது. சிற் சிலருக்கு முழங்காலுக்குக் கீழ் கணுக்காலுக்கு மேல் படர்ந்து எந்நேரமும் நீர் கசிந்துக்கொண்டு இரணமாய் இருக்கின்றது.

இத்தகைய வியாதிக்கு இங்கிலீஷ் மருந்தில் ஆசிட்சாலி சிலிக் என்னும் பவுடரை மெதிலேடட் ஸ்பிரிட் என்னும் திரவத்துடன் பலர் படை மருந்து என்று விற்கின்றார்கள். இம் மருந்தை வாங்கிப் பூசினவுடன் எரிச்சல் கொடுத்து உதிர்வதுபோல் காணப்பட்டு மீண்டும் திரும்பிவிடுகின்றது. எரிச்சலும் பொறுப்பது கஷ்டமாகின்றது. சிலருக்குக் குணமே கிடைப்பதில்லை. ஆதலால் அத்தகைய மருந்தைக் காட்டிலும் தமிழ் மருந்தே வேருடன் களையக்கூடியது. ஆகையால் எங்களால் தயார் செய்யப்பட்டுள்ள கார்ஸ் டோலின் என்னும் விளக்கெண்ணெயினால் தயார் செய்த படை மருந்தை உபயோகித்துப் பாருங்கள்.

எவ்வித படைகளையும் நொடியில் போக்கும் தன்மை வாய்ந்தது. உபயோகிக்கும்போது எரிச்சல் உண்டாகாது. வேஷ்டியில் கரை பிடிக்காது. எத்தனை வருஷமாக இருக்கப் பட்ட இரணமானாலும் போக்கக் கூடியது.

இதனை உபயோகித்தவர்கள் உங்களுக்கு இதன் பெருமையைச் சொல்லுவார்கள். புட்டி 1-க்கு விலை அணா 4.

கார்டோலின்

மக்கள் சுவாசக் குழாயி லுண்டாகும் வீக்கத்தினாலும், இரணத்தாலும், சுவாசம் விடுவதற்கு ஆயாசப்பட்டும், இழுப்பு இருமலினால் துன்பப்பட்டும் வாடி வருந்துகிறார்கள். ஆங்கிலர் இவ் வியாதியை இரண்டு விதமாகக் கொள்கின்றனர். அவை யாவை யெனில் பிரான்கயடிஸ், ஆஸ்தமா என்பவையாம். இந்தியர் இதை எட்டு விதமாகப் பிரிக்கின்றனர். ஈளை இருமல், காச இருமல், சுவாசகாசம், மந்தாரகாசம் என்பனவாகிய பெயர்களால் நோயைக் கணிக்கின்றனர். இந்நோயானது மழைக்காலங்களில் பெரும் பான்மையும், துன்பத்தை உண்டுபண்ணுகின்றது. சிற் சிலருக்கு அதிக வெப்பமான காலத்தினும் துன்பம் தருகின்றது.

இந்த நோயால் துன்பமடைவோர் எத்தனையோ விதமான மருந்துகளைச் சாப்பிட்டும் நோய் நிவர்த்தி ஆகாமையால் மருந்துகளில் நம்பிக்கை இழக்கின்றனர்.

வைத்தியர்கள் தங்களால் இயன்ற மருந்துகளை உபயோகித்துப் பார்த்தும் குணமடையாமையைக் கண்டு இந் நோயானது கர்மத்தால் வந்ததெனக் கூறிவிடுகின்றார்கள்.

இத்தகையர்களின் மனதை மாற்றுவான் வேண்டியே நமது கார்டோலின என்னும் மருந்து வெளிவந்திருக்கிறது. இம்மருந்தால் சுமார் 30, 40 வருடங்களாகக் கஷ்டப்பட்டிருந்த காசநோய் இருந்த அநேகர் சுகப்பட்டிருக்கின்றனர். ஆஸ்தமா இருமலானது எந்த நிலைமையில் இருந்தாலும் இம் மருந்தானது குணப்படுத்திவிடும். ஆஸ்தமா என்னும் சுவாச ரோகத்தால் துன்பப்படுபவர்கள் அவநம்பிக்கையின்றி இம் மருந்தை வாங்கி உபயோகித்துப் பாருங்கள்.

இதன் விலை புட்டி 1-க்கு ரூபா 10.

சென்னை பெரியமெட்டு கண்டிராக்டர்,

நா. கணபதி முதலியார்,

எழுதுவதாவது:

அன்புள்ள, டாக்டர் மே. மாசிலாமணி முதலியார் அவர்களுக்கு, தாங்கள் எனது குமாரனுக்கு ஏற்பட்டிருந்த ஆஸ்தமா வியாதிக்குக் கொடுத்த கார்டோலின் என்னும் மருந்தை உபயோகித்ததி லிருந்தது இழுப்பு இருமல் நின்று விட்டது. இப்பொழுது என்னுடைய மகன் சுகமாக இருக்கின்றான்.

இன்னும் சகல நோய்களுக்கும் சிறந்த மருந்துகள் எங்கள் மருத்துவ சாலையில் கிடைக்கும். விவரமான கேட்லாக்குக்கு எழுதவும்.

விலாசம்:—

டாக்டர் மே. மாசிலாமணி முதலியார்,

31, வைத்தியநாத முதலி வீதி, சென்னை.